FALUN GONG

LI HONGZHI

1992

Este libro fue pasado a formato digital para facilitar la difusión, y con el propósito de que así como usted lo recibió lo pueda hacer llegar a alguien más. HERNÁN

Para descargar de Internet:
"ELEVEN" – Biblioteca del Nuevo Tiempo
Rosario – Argentina
Adherida a: Directorio Promineo: www.promineo.gq.nu
Libros de Luz: http://librosdeluz.tripod.com

Falun Gong
©1992, Li Hongzhi
Digitalizador: ✠ Desconocido
13/07/03

ÍNDICE

LUNYU

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

I. Origen del Qigong

II. Qi y Gong (Energía de Cultivación)

III. Gongli (Potencia de Energía) y Capacidades Sobrenaturales
1. Gongli se adquiere a través de la Cultivación del Xinxing
2. Las Capacidades Sobrenaturales No Deben Ser Perseguidas por los Practicantes
3. Control del Gongli (Potencia de Energía)

IV. El Tercer Ojo
1. Abriendo el Tercer Ojo
2. Planos del Tercer Ojo
3. La Visión Remota
4. Espacios

V. Curación por Qigong y Curación en el Hospital

VI. Qigong de la Escuela Buda y el Budismo
1. El Qigong de la Escuela Buda
2. El Budismo

VII. Ley Ortodoxa y Vías Perversas
1. Pangmen Zuodao (La Puerta Lateral y Vía Torpe)
2. El Qigong de las Artes Marciales (Wushu Qigong)
3. Cultivación Inversa y Préstamo de Energía
4. Lenguaje Cósmico
5. Mensaje de Posesión
6. El Qigong de la Escuela Ortodoxa Puede Desviarse si se Practica de una Manera Perversa

CAPÍTULO II: FALUN GONG

I. La Función del Falun

II. La Configuración del Falun

III. Características de Falun Gong
1. La Ley Refina al Cultivador
2. La Cultivación de la Consciencia Principal
3. No Hay Consideración de Tiempo ni Dirección Durante la Práctica

IV. Cultivación Integrada de Ambos Cuerpo y Mente
1. Cambiando el Benti
2. El Circuito Celestial Falun
3. Apertura de los Canales de Energía

V. Intención-Mental

VI. Niveles de Cultivación de Falun Gong
1. Alto Nivel de Cultivación
2. Manifestaciones de Gong
3. Cultivación de la Ley Fuera del Mundo Triple

CAPÍTULO III: CULTIVACIÓN DEL XINXING

I. Intención del Xinxing

II. Pérdida y Ganancia

III. Cultivación Integrada de "Zhen-Shan-Ren"

IV. Abandonando la Envidia

V. Abandonando Apegos

VI. Karma
1. Acumulación de Karma
2. Eliminando el Karma

VII. Interferencia Demoníaca

VIII. Cualidad Innata y Cualidad de Entendimiento

IX. Una Mente Clara y Limpia

CAPÍTULO IV: VÍA DE LA PRÁCTICA DE FALUN GONG

I. Fozhan Qianshou Fa ("Buda Mostrando Mil Manos")

II. Falun Zhuang Fa (Vía del Ejercicio "Estaca-Parada Falun")

III.Guantong Liangji Fa (Vía del Ejercicio "Penetrando los dos Extremos Cósmicos")

IV. Falun Zhoutian Fa (Vía del Ejercicio "Circulación Celestial Falun")

V. Shentong Jiachi Fa (Vía del Ejercicio "Reforzando los Poderes Divinos")
Algunos Requisitos Básicos y Puntos de Atención para Practicar Falun Gong

CAPÍTULO V: PREGUNTAS Y RESPUESTAS

I. El Falun (Ley Rueda) y Falun Gong
II. Principios de Cultivación y Práctica
III. Cultivando el Xinxing (Naturaleza Mental)
IV. Tianmu (Tercer Ojo)
V. Tribulaciones
VI. Dimensiones y los Seres Humanos

Glosario para los Capítulos I-V

LUNYU[1]

La Ley Buda[2] es lo más profundo y lo más esencial. Entre todas las teorías del mundo, es la ciencia más mística y sobrenatural. Para abrir este campo, es necesario cambiar de raíz la mentalidad de la gente común. De otro modo, la verdad del cosmos quedará para siempre como un mito para el género humano y la gente común se arrastrará para siempre dentro del área delimitada por su propia ignorancia.

Entonces, ¿qué es exactamente la Ley Buda? ¿Es una religión? ¿Una filosofía? Eso es sólo el entendimiento de "los eruditos modernizados del Budismo," que simplemente estudian teorías. Meramente lo estudian a un nivel teorético, considerándolo como algo dentro de la categoría de filosofía para estudios críticos y la tal llamada investigación. En realidad, la Ley Buda es mucho más que lo poco anotado en los Sutras, que sólo es la Ley Buda a nivel elemental. La Ley Buda constituye un entendimiento de todos los misterios del cosmos. Abarca todo sin omitir nada—desde las partículas y moléculas hasta el universo, desde lo más pequeño hasta lo más grande. La Ley Buda es una exposición del carácter cósmico "真善忍 *Zhen-Shan-Ren*"[3] presentada a diferentes niveles de distintos modos. También es lo que la Escuela Tao llama el "Tao"[4] y la Escuela Buda el "Fa."[5]

En la actualidad, la ciencia de la humanidad, por avanzada que sea, trata sólo una parte reducida de los misterios cósmicos. Cada vez que mencionamos algunos fenómenos específicos concernientes a la Ley Buda, alguien dirá: "Ahora vivimos en una época electrónica. ¿Por qué se molestan con esas supersticiones antiguas cuando la ciencia está tan desarrollada que las naves espaciales han llegado hasta otros planetas?" A decir verdad, una computadora, por muy avanzada que sea, no es comparable con el cerebro humano, el cual queda como un enigma insondable hasta hoy día. No importa hasta qué altura las naves espaciales puedan volar, son incapaces de salir de la dimensión física donde los seres humanos existimos. La sabiduría y el conocimiento del ser humano contemporáneo son infinitésimos y superficiales; están muy lejos de un verdadero entendimiento de la verdad del cosmos. Algunas personas incluso no se atreven a afrontar, ni abordar, ni admitir los hechos de los fenómenos que existen objetivamente, porque son demasiado conservadoras y reacias a cambiar su mentalidad tradicional. Sólo la Ley Buda puede revelar completamente los secretos del cosmos, del tiempo-espacio y del cuerpo humano. Puede distinguir genuinamente el bien del mal, lo virtuoso de lo perverso, erradicar todas las falsedades y proveer una visión correcta.

La ideología que guía la ciencia humana actual limita su desarrollo e investigación al mundo físico. Sigue un camino tal, en el que un tema no será estudiado hasta que sea reconocido. En cuanto a los fenómenos invisibles e intangibles en nuestra dimensión, pero que realmente existen y se reflejan a través de formas concretas en nuestra dimensión física, la gente no se atreve a abordarlos y los considera fenómenos inexplicables. La gente obstinada sostiene terca e infundadamente que son simplemente fenómenos naturales, mientras que aquella con motivos ulteriores, actuando contra su conciencia, los han etiquetado a todos como superstición. Las personas indiferentes que hacen poco esfuerzo por buscar la verdad simplemente evaden estos asuntos con la excusa de que la ciencia no está lo suficientemente avanzada. Si los seres humanos pudieran lograr un conocimiento nuevo de sí mismos y del cosmos, cambiando sus conceptos rígidos, darán un gigantesco salto hacia adelante. La Ley Buda puede proporcionar a la humanidad un entendimiento de los mundos inmensurables e ilimitados. Durante todas las edades, sólo la Ley Buda ha sido capaz de dar una explicación perfecta y clara del ser humano, de toda las diferentes dimensiones de existencia material, de la vida, y del cosmos entero.

Li Hongzhi
2 de junio de 1992

---

[1] Lunyu—Una explicación usando lenguaje.
[2] La Ley Buda—La ley y los principios universales; la vía que sigue el curso del universo.
[3] *Zhen-Shan-Ren*—*Zhen* (Verdad); *Shan* (Benevolencia, Compasión, Bondad); *Ren* (Tolerancia, Paciencia, Resistencia, Auto-Dominio).
[4] Tao—1. También conocido como "Dao," término Taoísta para "la vía de la naturaleza y del universo"
2. Un ser iluminado que ha alcanzado este Tao.
[5] Fa—La Ley y principios en la Escuela Buda.

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

El *Qigong*[1] se originó en un tiempo remoto y tiene una historia muy larga en China. Por eso, el pueblo chino ha gozado de excepcionales ventajas en su práctica de *Qigong*. La cultivación de la Ley Ortodoxa es el *Qigong* de los dos sistemas de cultivación mayores, la Escuela Buda y la Escuela Tao, que han revelado muchos sistemas secretos de cultivación. La Escuela Tao tiene su vía de cultivación muy particular, mientras que la Escuela Buda también tiene su propia manera de cultivación. Falun Gong[2] es una gran vía de cultivación perteneciente a la Escuela Buda. Durante mis sesiones de lectura, primero purificaré los cuerpos de los alumnos preparándolos para la cultivación de alto nivel. Después implantaré el Falun[3] y los mecanismos de energía en el cuerpo de cada uno de ellos y les enseñaré los ejercicios de cultivación. Además, tendrán mis Cuerpos Ley para protegerles. Sin embargo, para alcanzar el propósito de incrementar su *Gong*[4], a cada practicante se le requiere que entienda los principios para hacer la cultivación en el nivel alto. Esto es el contenido que va a explicar este libro.

Estoy hablando sobre la cultivación de alto nivel. Por eso, no voy a mencionar ejercicios para canales de energía, puntos de acupuntura, ni meridianos[5] o colaterales. Mis lecturas hablan sobre la Gran Ley, la Gran Ley genuina que guía a la cultivación de alto nivel. Al principio puede sonarles milagroso, pero un cultivador de *Qigong* determinado se dará cuenta de la profunda sutileza de su poder, siempre que lo experimente minuciosamente.

I. Origen del *Qigong*

En realidad, el *Qigong* del que hablamos ahora, no se llamaba *Qigong*. Se originó de la cultivación solitaria de los antepasados chinos o de la cultivación religiosa. Uno no puede encontrar el término "*Qigong*" en ningún texto de Alquimia Interna, *Tao Tsang*[6] o *Tripitaka*[7]. El *Qigong* existió mucho antes que aparecieran las religiones. Ha sobrevivido durante un período cuando las religiones aún estaban en embrión y en estado de desarrollo de la presente civilización humana. Sólo después de la aparición de religiones, el *Qigong* adquirió cierto tono religioso. Inicialmente se llamaba la Gran Vía de Cultivación de Buda o la Gran Vía de Cultivación del Tao. Además, el *Qigong* tenía también otros nombres, tales como el Arte de los Nueve Dobleces por el Elíxir Dorado, la Vía de Arhat[8] y la Dhyana de Vajra.[9] Ahora lo llamamos *Qigong* con el fin de convenir a la concepción de la gente contemporánea y popularizarlo más fácilmente en la sociedad. En realidad, el *Qigong* es inherentemente la vía china para cultivar el cuerpo humano.

El *Qigong* no es una invención de la humanidad de este ciclo. Tiene una historia bastante remota. ¿Cuándo apareció? Algunos dicen que tiene una historia de 3.000 años y que era popular en la dinastía Tang.[10] Otros dicen que tiene una historia de 5.000 años, tan larga como la cultura china. Aún otros dicen que según lo mostrado por los hallazgos arqueológicos, tiene ya una historia de 7.000 años. Creo que el *Qigong* no es un invento de la humanidad moderna sino una cultura prehistórica. De acuerdo a investigaciones por gente que posee capacidades sobrenaturales, el universo en el que vivimos es una unidad reconstruida después de nueve explosiones. El planeta en donde habitamos ha sido destruido muchas veces. Cada vez que el planeta es reconstruido, los seres humanos se multiplican de nuevo. Ahora hemos descubierto muchas cosas que sobrepasan esta civilización moderna. Según la teoría de la evolución de Darwin, el hombre ha evolucionado del simio. La historia de esta civilización está estimada a ser no más de 10.000 años. Sin embargo, los

---

[1] *Qigong*—un término genérico para ciertas prácticas que cultivan al cuerpo humano. En las décadas recientes, los ejercicios de *Qigong* se han vuelto sumamente populares en China.
[2] Falun Gong—"El *Qigong* de la Rueda de la Ley." Los nombres Falun Gong y Falun Dafa ambos son usados para referirse a esta práctica.
[3] Falun—"Rueda de la Ley" (ver página en color al frente).
[4] *Gong*—"energía de cultivación."
[5] Meridianos—una red de canales de energía en el cuerpo que son conductos de *Qi*. En la medicina tradicional China, se dice que la enfermedad surge cuando el *Qi* no fluye correctamente por los meridianos.
[6] *Tao Tsang*—antiguo texto Taoísta chino para la práctica de culitvación.
[7] *Tripitaka*—"Las Tres Canastas," también conocido como el Canon Pali. Este es una colección de textos en lenguaje Pali que forman la base de las doctrinas del Budismo Theravada. Sus tres partes son: las enseñanzas del Buda, el código monástico, y tratados filosóficos especiales.
[8] Arhat—un ser iluminado con Estado de Fruto en la Escuela Buda que está más allá del Mundo Triple pero por debajo de una Bodhisattva.
[9] Dhyana de Vajra—Dhyana se traduce como "Meditación," mientras que Vajra puede ser traducido como "Relámpago," "Diamante," o "Indestructible."
[10] Dinastía Tang—uno de los períodos más prósperos en la historia de China (618-907 d.C.).

hallazgos arqueológicos revelan que los frescos descubiertos en las cavernas de piedra de los Alpes, datan a más de 250.000 años con un valor artístico asombroso e inigualado por las artes contemporáneas. En el Museo de la Universidad Nacional del Perú, hay una roca grande en la cual está grabada una figura humana que está observando cuerpos celestiales con un telescopio en sus manos. Esta figura humana data a más de 30.000 años. Se sabe que hace alrededor de 300 años, en 1609, Galileo diseñó el telescopio con 30 poderes de amplificación. ¿Cómo pudo existir el telescopio hace 30.000 años? En la India, hay una barra de hierro cuya pureza es más del 99%. Incluso con la técnica metalúrgica de hoy en día, no se puede producir el hierro con tanta pureza; ese nivel técnico ya es superior al moderno. ¿Quién fue el que creó esa civilización? ¿Cómo es que los seres humanos pudieron crear tales cosas en aquel tiempo cuando ellos mismos no eran más que unos microorganismos? Tales descubrimientos han atraído la atención de los científicos de todos los países del mundo. A este fenómeno se le llama "cultura prehistórica," porque jamás se le ha dado una explicación satisfactoria.

El nivel científico varía de ciclo a ciclo. En algunos ciclos, el nivel científico era muy alto, más alto que el de nuestra humanidad actual. Sin embargo, aquellas civilizaciones fueron destruidas. Por eso, digo que el *Qigong* no fue inventado ni creado, sino descubierto y perfeccionado por la gente moderna. El *Qigong* es una cultura prehistórica.

El *Qigong* no sólo se encuentra en China. Existe también en otros países. En algunos países occidentales tales como los Estados Unidos e Inglaterra, le llaman "arte mágico" en lugar de "*Qigong.*" En América hay un mago llamado David Copperfield quien realmente es un maestro de poderes sobrenaturales. Una vez él ejecutó el acto de atravesar caminando el muro de la Gran Muralla. Antes de atravesarlo, él se cubrió a sí mismo con una sábana blanca apoyada en el muro. ¿Por qué lo hizo así? Al hacerlo así, mucha gente lo vería y creería que él hizo un acto de magia. Él tuvo que hacerlo de esa manera porque sabía que en la China había muchos maestros consumados de *Qigong* y temía ser interferido por ellos. Al salir al otro lado del muro, él extendió la mano para levantar la sábana y enseguida salió de ella. Como dice un dicho chino, "Un experto ve la esencia del truco mientras que una persona común sólo observa el acto." Como resultado, a la audiencia se le hizo creer que él estaba ejecutando magia. La razón por la cual los occidentales le llaman a esto magia o tener capacidades sobrenaturales, es sólo porque ellos no las usan para cultivar sus cuerpos, sino para exhibir milagros y para entretener al público. Por eso a un bajo nivel, el *Qigong* sirve para mejorar las condiciones físicas de uno, sanar enfermedades y mejorar la salud. En un nivel más alto, el *Qigong* se dirige a cultivar el *Benti.*[11]

II. *Qi* y *Gong* (Energía de Cultivación)

El *Qi*[12] del que hablamos ahora es el "*Chi*"[13] al que se referían los antepasados chinos. En realidad, los dos son iguales. Ambos se refieren a la energía cósmica, la materia invisible y sin forma del universo, pero no se refiere al aire. Por medio de la cultivación, el cuerpo humano puede movilizar la energía de esta substancia para eliminar enfermedades y mejorar condiciones físicas. Sin embargo, el *Qi* es solamente *Qi*. Tú tienes *Qi* y él también lo tiene. El *Qi* de uno no puede restringir al *Qi* de otro. Algunas personas dicen que el *Qi* puede ser usado para tratar enfermedades, o que puedes emitir algo de *Qi* a una persona con el fin de sanar su enfermedad. Estas afirmaciones no tienen base científica porque el *Qi* no puede curar de ningún modo la enfermedad. Si un practicante tiene *Qi* en su cuerpo, eso quiere decir que su cuerpo aún no es un "Cuerpo Blanco Como Leche" (*Nai-Bai-Ti)*, lo que indica que él aún no está libre de enfermedades.

Lo que emite un practicante consumado no es *Qi*, sino una materia de alta energía, que se manifiesta en forma de luz, compuesta de partículas finas de gran densidad. Esta materia de alta energía es llamada *Gong*. Sólo cuando un cultivador tiene *Gong*, puede usarlo para ciertas condiciones y curar enfermedades para la gente común. Hay un dicho que dice, "La luz de Buda ilumina todas las cosas, trae decoro y rectitud para dar brillantez y perfección." Esto significa que aquellos que practican la cultivación genuina llevan consigos una energía tan poderosa que por donde quiera que pasan, pueden rectificar todos los estados anormales que están a su alrededor o dentro de la esfera de su energía. Por ejemplo, cuando uno está enfermo, su cuerpo está en un estado anormal. Si se rectifica este estado, la enfermedad será eliminada. Poniéndolo en términos comunes, *Gong* es verdaderamente materia. Un practicante puede percibir la existencia objetiva de esta energía a través de su continua práctica.

---

[11] *Benti*—"el Ser Verdadero"; cuerpo físico aquí y en otras dimensiones.

[12] *Qi*—en la tradición china, se dice que esta energía/sustancia asume muchas formas en el cuerpo y en el ambiente. Frecuentemente se traduce como "energía vital", y se piensa que este *Qi* determina la salud de uno.

[13] *Chi*—Este término usa un caracter chino diferente que el *Qi*, pero se pronuncia de la misma forma.

III. *Gongli* (Potencia de Energía) y Capacidades Sobrenaturales

1. *Gongli* se adquiere a través de la Cultivación del *Xinxing*

El *Gong* que decide realmente el nivel del *Gongli* del practicante, no es adquirido a través de la práctica de los ejercicios, sino por medio de la cultivación del *Xinxing*[14] y mediante la transformación de una substancia llamada virtud (*De*). Este proceso de transformación no se realiza como la gente común piensa que es, por medio de "colocar un crisol en un horno para efectuar alquimia con substancias medicinales recogidas con el fin de obtener el elíxir de la inmortalidad."[15] El *Gong* al que nos referimos se produce en forma espiral fuera del cuerpo y crece desde la parte inferior del cuerpo mediante el mejoramiento del *Xinxing*. Luego se forma un Pilar *Gong* en el tope de la cabeza. Todo este proceso toma lugar fuera del cuerpo de uno. La altura del Pilar *Gong* determina el nivel de *Gong* de una persona. El Pilar *Gong* existe en un espacio oculto y es difícil de ser percibido por la gente común.

Las capacidades sobrenaturales se refuerzan con la Potencia de Energía. Cuanto mayor sea la Potencia de Energía y el nivel de cultivación de uno, tanto más poderosos serán sus capacidades sobrenaturales y las aplicará con mucha más facilidad. Si la Potencia de Energía de uno es poca, sus capacidades sobrenaturales serán limitadas y tendrá dificultad en aplicarlas. Las capacidades sobrenaturales no representan la Potencia de Energía de uno ni el nivel de cultivación. Lo que determina el nivel de uno es la Potencia de Energía y no sus capacidades sobrenaturales. Algunas personas pueden estar practicando con sus capacidades sobrenaturales encerradas. En ese caso ellos pueden poseer una gran Potencia de Energía, pero no necesariamente muchas capacidades sobrenaturales. La Potencia de Energía juega un papel decisivo y se adquiere a través de la cultivación del *Xinxing*. Esto es lo más crucial. Nuevamente, la adquisición de poderes sobrenaturales depende de la cultivación del *Xinxing*.

2. Las Capacidades Sobrenaturales No Deben Ser Perseguidas por los Practicantes

Todos los practicantes se interesan en adquirir capacidades sobrenaturales, las cuales tienen gran seducción en la sociedad. Mucha gente desea poseer algunas capacidades sobrenaturales. Sin embargo, el que no tiene buen *Xinxing* no podrá adquirir capacidades sobrenaturales.

Algunas capacidades sobrenaturales como el Tercer Ojo[16] (*Tianmú*), la habilidad de la clarividencia, la clariaudiencia, la telepatía, la precognición, etc., pueden ser poseídas por la gente común. Sin embargo, no todas las capacidades sobrenaturales aparecerán durante el estado de la Iluminación Gradual, ya que varían de persona a persona. Algunas capacidades sobrenaturales no pueden ser poseídas por la gente común. Por ejemplo, para una persona común le es imposible transformar un objeto de nuestro mundo físico en otro tipo de objeto. La gente común no puede poseer esta capacidad. La adquisición de grandes poderes depende de la cultivación postnatal. Falun Gong ha evolucionado de acuerdo con los principios cósmicos. En Falun Gong pueden encontrarse todos los poderes y capacidades sobrenaturales existentes en el universo. Lo que un practicante adquiera depende totalmente de su cultivación. No se debe considerar erróneo que un practicante tenga la esperanza de obtener algunas capacidades sobrenaturales. Sin embargo, una búsqueda demasiado intensa ya no es un deseo común y causará malas consecuencias. Ciertas capacidades sobrenaturales adquiridas a un nivel bajo son poco útiles y serán simplemente empleadas para lucirse como un héroe entre la gente común. En este caso, es correcto que no se le den tales capacidades porque su *Xinxing* aún está en un nivel bajo. Si se le dan esas capacidades a una persona de mal *Xinxing* puede llegar a utilizarlas para hacer cosas malas. Nunca se puede garantizar que una persona con un bajo *Xinxing* no llegue hacer daño.

Por otro lado cualquier capacidad sobrenatural que se permita demostrar, no podrá ser utilizada para cambiar la sociedad, ni la vida normal de los seres humanos. No se permite mostrar los grandes poderes ante el público porque de esa manera causarían grandes peligros y malas consecuencias. Por ejemplo, el derribar un gran edificio nunca podrá ser efectuado como una demostración. Sólo aquellos con misiones especiales les serán permitidos usar sus grandes poderes excepcionales. De lo contrario, se prohíbe que los utilicen y no estarán disponibles, porque están bajo el control del maestro superior de uno.

Sin embargo, la gente común frecuentemente le exige a un maestro de *Qigong* que demuestre sus capacidades sobrenaturales. La mayoría de los que tienen esas capacidades no quieren demostrarlas para dar

---

[14] *Xinxing*—"naturaleza mental" o "naturaleza del corazón"; "carácter moral."

[15] En la tradición Taoísta, las técnicas de la alquimia externa han servido como metáforas para describir la cultivación interna del cuerpo humano.

[16] Tercer Ojo—algunas veces se traduce como "Ojo Celestial". Este término (*Tianmú*) se usa flexiblemente y puede referirse al sistema del Tercer Ojo o a un componente particular de este sistema.

una exhibición, porque eso no les es permitido. Si estuviera permitido mostrarlas, eso afectaría el estado de toda la sociedad. Una persona que posee realmente gran virtud no se le permite mostrar sus capacidades sobrenaturales. Algunos maestros de *Qigong* están muy molestos cuando dan tal exhibición. Después de la demostración, sienten muchas ganas de llorar. ¡No deben forzarles a hacer esas exhibiciones! Se sentirían muy mal si se les forzara a usar sus capacidades sobrenaturales de esta forma. Un alumno mío me mostró una revista cuyo contenido me suscitó inquietud. Decía que se iba a celebrar una conferencia internacional de *Qigong* y quienes tuvieran capacidades sobrenaturales podrían entrar en la competencia, y que aquellos con las mayores capacidades sobrenaturales asistirían a esa conferencia. Después de leerlo, padecí un profundo malestar por varios días. Las capacidades sobrenaturales no pueden ser usadas para competencias. El demostrarlas en público es lamentable. La gente común sólo cuida de las cosas prácticas en el mundo terrestre, pero un maestro de *Qigong* debe tener dignidad personal.

¿Cuál es el propósito de adquirir capacidades sobrenaturales? El desearlas refleja el grado de consciencia y lo que persigue un practicante. A uno le es imposible obtener grandes poderes con una mente inestable y llena de deseos impuros. Esto es debido a que antes de obtener la iluminación, tú juzgas lo bueno y lo malo de las cosas con un criterio mundano. No puedes ver la verdad de las cosas ni la relación causal detrás de ellas. En cuanto uno pega, injuria o maltrata a otro, eso seguramente se debe a un encadenamiento causal del karma. Si no puedes ver su relación causal, tu ayuda sólo puede empeorar las cosas. La gratitud y el resentimiento, el bien y el mal de la gente común son gobernadas por las leyes de este mundo. Un practicante no debe interferir porque antes de obtener la Iluminación, lo que él ve, seguramente no es la verdad. En cuanto a que una persona golpea con el puño a otro, seguramente eso salde sus cuentas kármicas. Si intervienes en eso, podrías estorbar aquel acto. El "Karma" es una clase de substancia negra alrededor del cuerpo de uno. El karma existe en otro espacio y puede transformarse en enfermedades y adversidades.

Todos tenemos capacidades sobrenaturales, pero sólo por medio de la cultivación constante, podrán desarrollarse y reforzarse. Si un practicante busca solamente capacidades sobrenaturales, eso significa que carece de entendimiento y es impuro en la mente. Sin importar para qué desea las capacidades sobrenaturales, su búsqueda contiene elementos de egoísmo, lo que definitivamente interferirá en su cultivación. Como resultado, nunca obtendrá capacidades sobrenaturales.

3. Control del *Gongli* (Potencia de Energía)

Algunos practicantes, quienes apenas han practicado *Qigong* por un corto período de tiempo, quieren tratar enfermedades sólo para ver si son capaces de curarlas o no. Para un practicante con un *Gongli* débil, una vez que extienda su mano para hacer una prueba, absorberá una gran cantidad de *Qi* negro, *Qi* patogénico y *Qi* turbio desde el cuerpo de su paciente a su propio cuerpo. Debido a que su Potencia de Energía es débil y no tiene escudo de energía para protegerse contra el *Qi* patogénico, él se sentirá enfermo cuando comparta el mismo campo de *Qi* con la del paciente. Si nadie se hace cargo de él, a la larga sufrirá toda clase de enfermedades. Por tanto, un practicante con una Potencia de Energía débil, no puede tratar enfermedades para otros hasta que haya desarrollado sus capacidades sobrenaturales y haya logrado la requerida Potencia de Energía. Aunque algunos pueden tratar enfermedades con sus capacidades sobrenaturales desarrolladas en un nivel muy bajo, en realidad, ellos tratan enfermedades con su Potencia de Energía acumulada, o sea su propia energía. Ya que el *Gong* es energía y a su vez una entidad inteligente que es muy difícil de acumular, en realidad estás consumiendo tu propia energía cuando emites tu *Gong*. A medida que uno emite su energía, el pilar de energía sobre su cabeza va reduciéndose y consumiéndose. No vale la pena hacer esto. Por lo tanto, insisto que un practicante que está en un nivel elemental de cultivación no debe tratar las enfermedades de otros, porque de cualquier manera que lo haga, simplemente estará consumiendo su propia energía.

Cuando la Potencia de Energía de uno haya alcanzado un cierto nivel, varias capacidades saldrán a relucir. No obstante, uno todavía debe ser cauteloso al usarlas. Por ejemplo, uno tiene que usar su Tercer Ojo cuando este esté abierto, porque se cerrará si nunca lo usa. Sin embargo, uno no debe usarlo frecuentemente, porque mucha energía será consumida si uno ve demasiado a menudo a través de él. ¿Esto significa que nunca debemos usarlo? Claro que no. ¿Por qué lo vamos a cultivar si nunca lo vamos a usar? El problema está en saber cuándo usarlo. Solamente puede ser usado cuando uno ha alcanzado cierto nivel de cultivación y está en posesión de la capacidad de auto-compensación. Para los practicantes de Falun Gong, la energía que ellos emiten será evolucionada y compensada automáticamente por el Falun. El Falun se asegura de mantener el nivel de Potencia de Energía en todo momento sin que disminuya. Esta es una de las características distintivas de Falun Gong. Solamente cuando un practicante ha alcanzado este estado de cultivación puede usar sus capacidades sobrenaturales sin causar daño.

IV. El Tercer Ojo

1. Abriendo el Tercer Ojo

El canal principal del Tercer Ojo está ubicado un poco arriba del medio de las cejas (punto *Shangen*[17]) y la glándula pineal. La forma como una persona común ve las cosas con sus ojos físicos, funciona de igual manera que una cámara fotográfica: A través de la regulación del lente o del tamaño de la pupila, una imagen es generada en el cuerpo pineal por medio del nervio óptico, de acuerdo a la distancia de un objeto y los diferentes espectros de luz. La visión penetrativa, una capacidad sobrenatural, es lograda a través del cuerpo pineal mirando directamente hacia fuera por el Tercer Ojo. El Tercer Ojo de una persona común está obstruido, porque la apertura de su canal principal es muy estrecha y obscura, y no hay esencia de *Qi*[18] ni luz en él. El Tercer Ojo de algunas personas no puede ver porque su canal principal está obstruido.

Para abrir el Tercer Ojo, primero el canal tiene que abrirse por fuerza externa o por medio de su propia cultivación. La forma del canal varía de persona a persona. Puede ser ovalada, redonda, romboidal o triangular. Cuanto mejor se cultive uno, tanto más redonda será su forma. Segundo, el Tercer Ojo es dado por el maestro[19] de uno o es cultivado a través de su propio esfuerzo. Por último, tiene que haber esencia de *Qi* en el lugar donde está ubicado el Tercer Ojo.

Nosotros usualmente vemos con nuestros ojos físicos. Justamente son estos mismos ojos físicos que sirven como una barrera que obstruye la vía a otras dimensiones. Nosotros podemos ver solamente lo que existe en nuestro mundo físico. La apertura del Tercer Ojo nos capacita para poder ver sin usar los dos ojos físicos. Después de alcanzar un nivel muy alto de cultivación, uno adquirirá un Ojo Verdadero y podrá ver con el Ojo Verdadero del Tercer Ojo o el que está en el cuerpo pineal. De acuerdo con la Escuela Buda, cada poro en el cuerpo es un ojo y hay ojos por todo el cuerpo. De acuerdo con la Escuela Tao, cada punto de acupuntura es un ojo. Sin embargo, el canal principal radica en el Tercer Ojo, por eso tiene que ser abierto primero. En las sesiones de lectura sobre la Ley, proveeré a cada alumno con lo que se necesita para abrir el Tercer Ojo. Debido a que la constitución de cada estudiante difiere, los resultados también varían de persona a persona. Algunos ven un agujero oscuro, como un pozo profundo, lo cual significa que el canal del Tercer Ojo es oscuro. Algunos ven un pasillo blanco, lo cual indica que el canal de su Tercer Ojo está por abrirse, si es que con eso también ven algo enfrente de la apertura. Algunos ven algo girando, lo cual es lo que el maestro les ha implantado para abrir el Tercer Ojo. Después de que se abra el canal con el movimiento giratorio, podrán usar el Tercer Ojo. Algunos pueden ver un ojo grande, el cual muchas veces se cree que es el Ojo de Buda, pero en realidad es nuestro propio ojo. Esto les sucede frecuentemente a aquellos con buenas cualidades innatas.

Según nuestras estadísticas, más de la mitad de los alumnos en cada sesión han abierto su Tercer Ojo. Pero surge un problema asociado con lo que pasa después de la apertura. Una persona que no tiene un buen *Xinxing* está propensa a usar su Tercer Ojo para hacer el mal. Para prevenir este problema, abriré su Tercer Ojo directamente al nivel del "Ojo de la Sabiduría," al plano elevado, para que puedan ver directamente las escenas en otras dimensiones. Eso aparecerá durante la práctica para convencerte e incrementar tu confianza en la cultivación. Un principiante cuyo *Xinxing* no ha alcanzado la altura requerida de una persona con capacidades sobrenaturales, es capaz de cometer errores una vez que esté en posesión de estos poderes. Por ejemplo, por decir algo chistoso, esta persona va caminando por la calle y se detiene a comprar un boleto de lotería y escoge el premio mayor. Sólo uso este ejemplo para explicar lo que quiero decirles. Tal cosa no está permitida que suceda. Hay otra razón: Nosotros estamos aquí para abrir el Tercer Ojo en gran escala. Piensen, ¿sería normal para la sociedad humana si todos pudieran ver a través de una pared o a través del cuerpo de otra persona con su Tercer Ojo? Esto afectaría gravemente el estado normal de la sociedad humana. Por eso no se permite hacerlo, ni tampoco se debe hacer. Esto no te haría ningún bien sino que reforzaría tu apego como practicante. Esta es la razón del por qué abro el Tercer Ojo de ustedes directamente al plano alto, en vez de hacerlo en un plano bajo.

2. Planos del Tercer Ojo

El Tercer Ojo existe en muchos planos. Él ve diferentes dimensiones en diferentes planos. El Budismo distingue los siguientes cinco tipos de visión: La Visión del Ojo Físico, la Visión del Ojo Celestial, la Visión del Ojo de la Sabiduría, la Visión del Ojo de la Ley y la Visión del Ojo Buda. Cada plano se subdivide en tres niveles: superior, medio y bajo. Por debajo del plano de la Visión del Ojo Celestial, uno sólo puede ver cosas en este mundo físico. Sólo por encima del plano de la Visión del Ojo de la Sabiduría, uno puede ver otras

---

[17] Punto *Shangen*—un punto de acupuntura.

[18] *Qi*—también puede usarse en un sentido más amplio para describir substancias que son invisibles y sin forma, tales como el aire, los olores, el enfado, etc.

[19] Maestro—el término chino usado aquí, *Shifu*, está compuesto de dos caracteres: uno significa "maestro" y el otro "padre."

dimensiones. Algunas personas poseen la capacidad de la visión penetrativa. Ellos pueden ver cosas con precisión aún mejor que un escáner (T.A.C.). Pero lo que ellos perciben es aún nuestro mundo físico sin ir más allá del espacio en el que vivimos. Por tanto, su Tercer Ojo no puede considerarse estar en un plano alto.

El nivel de altura de nuestro Tercer Ojo depende de cuánta esencia de *Qi* él posee y a la vez de cuán amplio y brillante es su canal principal, así como el grado de obstrucción en aquel canal. La esencia de *Qi* en el canal es crucial para la completa apertura del Tercer Ojo. Es muy fácil abrir el Tercer Ojo de un niño menor de seis años. Ni siquiera tengo que usar mi mano para abrirlo. En el momento que yo hable, su Tercer Ojo se abrirá. Esto se debe a que las cualidades innatas de un niño están muy poco afectadas por lo malo de este mundo físico. Él tampoco ha hecho nada malo y su esencia de *Qi* innata está muy bien conservada. Sin embargo, el Tercer Ojo de un niño de más de seis años será cada vez más difícil de abrirse porque a medida que crece, él estará más influenciado por el mundo exterior. Esto se debe a que, mientras él crece, está expuesto a la mala educación, la indulgencia y malos actos, los cuales le podrían conducir a que se consuma su esencia de *Qi*. Toda la esencia de *Qi* se disipará al alcanzar cierto punto. Aquellos que han consumido toda su esencia de *Qi* podrán gradualmente recuperarla a través de la cultivación, pero tomará un período muy largo de tiempo y pasarán por muchos esfuerzos dolorosos. Por lo tanto, la esencia de *Qi* es extremadamente valiosa.

Estoy en contra de abrir el Tercer Ojo de uno al plano de la Visión del Ojo Celestial, porque cuando un cultivador no tiene gran Potencia de Energía, el uso de la visión penetrativa consume más energía de la que un practicante puede acumular a través de la práctica. Si demasiada esencia de *Qi* es consumida, su Tercer Ojo se cerrará otra vez. Una vez que se cierra, será muy difícil volver a abrirlo. Por lo tanto, prefiero abrir el Tercer Ojo de mis alumnos al plano de la Visión del Ojo de la Sabiduría. Esto les capacita ver cosas en otras dimensiones, sin importar que puedan ver claramente o no. Debido a las diferentes condiciones que trae uno al nacer, algunos ven claramente; algunos ven cosas que aparecen y enseguida desaparecen; otros ven cosas borrosamente. Pero como mínimo, podrán ver algo de luz. Esto les hará bien para promover su cultivación a un alto nivel. El no poder ver claramente puede ser mejorado a través de la cultivación.

Lo que una persona con insuficiente esencia de *Qi* ve a través de su Tercer Ojo está en blanco y negro. Una persona con más esencia de *Qi* percibe una visión en color y lo que ve es más claro. Entre más esencia de *Qi* uno tenga, más clara será la visión. Sin embargo varía de persona a persona. Algunas personas han nacido con su Tercer Ojo abierto. Otras tienen su Tercer Ojo bastante obstruido. La apertura del Tercer Ojo se ve como el florecimiento de una flor con sus pétalos expandiéndose en capas, una tras otra. Cuando uno está sentado con las piernas cruzadas, al comienzo verá una bola de luz, la cual no será tan brillante al principio, pero más tarde se volverá roja. El Tercer Ojo de algunos está tan firmemente obstruido, que al abrirlo, puede causar una reacción violenta. Ellos sentirán que el canal principal y los músculos del cuerpo pineal se vuelven más y más apretados, como si los músculos se juntaran allí, empujando hacia adentro. También sentirán hinchazón y dolor en las sienes y en la frente. Todas estas son reacciones que uno experimenta al abrirse el Tercer Ojo. Una persona con su Tercer Ojo listo para abrirse podrá ver algo accidentalmente. En una sesión de lectura, hubo un estudiante que vio mi Cuerpo Ley de forma accidental. Cuando intentó verlo de nuevo, no pudo lograrlo porque en realidad estaba usando sus ojos físicos. Si él llegara a ver algo con sus ojos cerrados y se mantiene haciéndolo así de principio a fin, poco a poco podrá percibir una imagen claramente. Sin embargo, si quiere verlo de cerca, él no verá nada, porque está usando sus ojos físicos y nervios ópticos.

Las dimensiones percibidas por el Tercer Ojo en diferentes planos son muy diferentes. Algunas instituciones de investigación científica no tienen conocimiento de esto. Consecuentemente, las pruebas de *Qigong* que diseñaron no lograron los resultados deseados o resultaron ser contrarios a sus expectativas. Por ejemplo, una institución diseñó un método para comprobar las capacidades sobrenaturales. Se requirió a los maestros de *Qigong* que vieran lo que había en una caja sellada herméticamente. Como los maestros de *Qigong* tenían su Tercer Ojo abierto en diferentes planos, dieron respuestas diferentes. Como resultado, los examinadores concluyeron que el Tercer Ojo era algo falso y engañoso. En dicha prueba, una persona con su Tercer Ojo abierto en un plano bajo, usualmente obtiene mejores resultados, porque su Tercer Ojo está solamente abierto al plano de la Visión del Ojo Celestial; un nivel apropiado para percibir objetos sólo en el mundo físico. Aquellos que no saben nada acerca del Tercer Ojo pueden pensar que estas personas poseen la capacidad sobrenatural más grandiosa. Cualquier objeto, sea orgánico o inorgánico, se manifiesta en diferentes formas en diferentes dimensiones. Tomemos un vaso por ejemplo. En el momento en que esté hecho, tiene una entidad inteligente correspondiente en otra dimensión. Esta entidad inteligente era otra cosa antes de esta existencia. Aquel que tiene el Tercer Ojo abierto en un plano más bajo, lo ve como un vaso. Aquel con el Tercer Ojo en un plano más alto, percibe su forma de entidad inteligente en otra dimensión. Aquel con el Tercer Ojo a un nivel mucho más alto, tiene la habilidad de observar la forma de esta materia antes que la entidad inteligente tomara su forma.

3. La Visión Remota

Con la apertura del Tercer Ojo, algunas personas pueden adquirir la Visión Remota, que los capacita para ver cosas a una distancia de 1.000 *Li* (millas chinas). Todos y cada uno de nosotros tenemos nuestro propio espacio, el cual es tan grande como el universo. En este espacio específico, delante de su frente hay un espejo, que no puede verse en nuestro espacio. El espejo está disponible para todos, pero el espejo de un no-practicante se encara a sí mismo. Cuando uno comienza a practicar, el espejo gradualmente empieza a darse la vuelta. Después de que el espejo se da la vuelta reflejará lo que la persona quiera ver. En este espacio específico, él es muy grande, su cuerpo es inmenso y el espejo también. Cualquier cosa que el cultivador quiera ver puede reflejarse en el espejo. Aunque la imagen haya sido capturada, él aún no puede verla, porque la imagen tiene que permanecer en el espejo por un momento. El espejo se voltea y le muestra la imagen, luego rápidamente se voltea de nuevo. El espejo se mantiene girando una y otra vez rápidamente. Una película produce movimientos continuos que pueden ser vistos cuando se dan a la velocidad de veinticuatro imágenes por segundo. Como la velocidad de giro del espejo es más rápida que la de una película, el practicante puede obtener imágenes claras y en continuo movimiento. Esto es lo que llamamos Visión Remota. Este principio es tan simple, que yo lo he revelado en unas cuantas palabras. Todo esto es el secreto de los secretos.

4. Espacios

Los espacios son muy complejos tal y como los vemos. Nosotros, los seres humanos, sólo conocemos el espacio en el que habitamos y no tenemos manera de comprobar que existen otras dimensiones. Sin embargo, hablando de otras dimensiones, nosotros los maestros de *Qigong* ya hemos percibido docenas de ellas, las cuales pueden ser explicadas en teoría, pero no pueden ser todavía comprobadas por la ciencia. Hay algunas cosas que aunque su existencia sea negada, realmente encuentran reflexión en nuestro espacio. Por ejemplo, hay un lugar en el mundo llamado el "Triángulo de las Bermudas," y también conocido como el "Triángulo de los Demonios." Aquí es donde algunos barcos y aviones desaparecieron, pero reaparecieron algunos años después. Nadie ha dado una explicación satisfactoria a este fenómeno, debido a que no podemos romper el marco teórico que moldea nuestra mente humana. En realidad, ese triángulo es un canal que da acceso a otra dimensión. A diferencia de la puerta de una casa, este canal se abre de forma impredecible. Un barco podrá entrar al canal cuando este se abra por casualidad. Un ser humano no puede percibir la diferencia espacial y de repente se encuentra en otra dimensión en un abrir y cerrar de ojos. La diferencia de tiempo y espacio entre esa dimensión y la nuestra no es posible medirla en términos de millas chinas. Una distancia de 108.000 *Li* (un *Li* equivale a medio kilómetro) allá, es sólo un punto aquí. Esto quiere decir que las dos dimensiones ocupan el mismo lugar al mismo tiempo. Cuando el barco se quedó allí sólo por un momento y luego volvió a salir, docenas de años habían transcurridos en este mundo debido a esa diferencia de tiempo entre las dos dimensiones. También hay mundos individuales en cada dimensión. Se parecen a nuestros diagramas de estructuras atómicas en donde muchas esferas son unidas entre sí por líneas en todas las direcciones; es muy complejo.

Cuatro años antes de la Segunda Guerra Mundial, un piloto inglés fue sorprendido por una fuerte tormenta a mitad de vuelo en una misión. Apoyándose en sus experiencias, él logró encontrar una pista de aterrizaje abandonada. Cuando la pista de aterrizaje apareció ante sus ojos, él vio de repente un panorama totalmente diferente: Un cielo claro y sin límites, como si hubiese emergido a otro mundo. Los aviones en la pista de aterrizaje estaban pintados de amarillo y había gente ocupada en la pista. ¡Qué cosa más sorprendente! Después del aterrizaje, nadie le hizo caso. La torre de control tampoco se puso en contacto con él. El piloto entonces decidió partir porque vio que el cielo ya estaba despejado. El avión voló de nuevo, subió pasando una distancia que equivalía aquella entre el aeropuerto y el sitio celestial donde anteriormente había visto el aeropuerto, y entró otra vez en la tempestad. Eventualmente logró volver. Le informó a su superior de lo que había visto y hecho y anotado en su registro de vuelo, pero este aún no le creyó. Cuatro años más tarde, estalló la Segunda Guerra Mundial. Él fue enviado al aeropuerto abandonado. Al llegar allá, recordó de repente lo que había visto cuatro años antes. Ante sus ojos estaba la misma vista que encontró anteriormente. Nosotros, los maestros de *Qigong*, sabemos lo que pasó. El piloto había hecho algo con cuatro años de anticipación. Como en una función, él omitió una escena y siguió con la próxima, luego volvió cuatro años después al orden normal.

V. Curación por *Qigong* y Curación en el Hospital

Hablando teóricamente, tratar enfermedades con *Qigong* es completamente diferente a tratar enfermedades en un hospital. Un médico de la escuela occidental trata enfermedades con métodos usados en la sociedad de la gente común. Aunque utilize medios como el análisis químico, rayos X, etc., sólo puede ver los focos de enfermedad en esta dimensión, pero no puede ver los mensajes en otras dimensiones, ni entender la causa real de las enfermedades. Si el caso de un paciente no es grave, los medicamentos pueden eliminar o expulsar los elementos patogénicos (en la medicina occidental se llama virus o bacteria y en *Qigong*, karma). Si la enfermedad es muy grave, los medicamentos ya no pueden resolver el problema. Si se aumenta la dosis de medicamentos, el enfermo no podrá soportarlos. Esto es debido a que algunas enfermedades no están

limitadas a las leyes de este mundo. Algunas son bastante graves y van más allá del alcance de las leyes de este mundo, así que son incurables en el hospital.

La medicina tradicional china está estrechamente vinculada con la cultivación de las capacidades sobrenaturales humanas. En tiempos antiguos, se prestaba mucha atención a la cultivación del cuerpo humano. La Escuela Confuciana, la Escuela Tao y la Escuela Buda, incluyendo a todos los alumnos confucianos, prestaban mucha atención a sentarse en meditación. Sentarse en meditación es una clase de habilidad (*Gongfu*) con la que a la larga uno puede obtener *Gong* y capacidades sobrenaturales, aún sin una práctica intencional. ¿Por qué pueden la acupuntura y moxibustión de la medicina tradicional china encontrar tan claramente los canales y subcanales en el cuerpo humano? ¿Por qué los puntos de acupuntura están conectados verticalmente en vez de estar horizontal o diagonal? ¿Por qué están descritos ellos tan exactamente? Lo que una persona con capacidades sobrenaturales ve con su Ojo en el presente, es igual a lo descrito por la medicina tradicional china, dado que los doctores famosos en tiempos antiguos poseían capacidades sobrenaturales. En la historia china, todos los grandes médicos, tales como Li Shizhen, Sun Simiao, Bian Que y Hua Tuo eran grandes maestros de *Qigong* con capacidades sobrenaturales. Lo que la medicina tradicional china nos ha legado, son las técnicas de diagnóstico y tratamiento. Sin embargo, se ha perdido la parte pertinente a las capacidades sobrenaturales. En el pasado, los médicos tradicionales chinos usaban sus ojos (incluyendo sus capacidades sobrenaturales) para diagnosticar enfermedades. Más tarde la técnica de tomar el pulso[20] fue desarrollada. Si la medicina tradicional china combinase sus técnicas de diagnóstico y tratamiento con el uso de capacidades sobrenaturales, por decirlo así, la medicina occidental tomaría muchos años en alcanzar el nivel de la medicina china.

El *Qigong* puede eliminar de raíz la causa de las enfermedades. Considero que la enfermedad es una clase de karma. Curar la enfermedad significa disolver ese karma. Algunos maestros de *Qigong* tratan enfermedades eliminando el *Qi* negro, sustituyéndolo por el *Qi* bueno. Ellos pueden desechar el *Qi* negro a un nivel muy bajo, pero no tienen conocimiento de la raíz de la causa del *Qi* negro. Cuando el *Qi* negro aparece nuevamente, el paciente tendrá una recaída. En realidad, el *Qi* negro no causa la enfermedad. La existencia del *Qi* negro solamente lo hace a uno sentirse enfermo. La raíz de la causa de la enfermedad es un espíritu malévolo que se encuentra en otra dimensión. Muchos maestros de *Qigong* no saben esto. El espíritu malévolo es tan terrible que un maestro ordinario de *Qigong* no puede ni se atreve a tocarlo. El curar una enfermedad por medio de Falun Gong significa dirigirse a eliminar el espíritu malévolo y arrancar de raíz la enfermedad. Después se coloca una cubierta de energía sobre el foco de la enfermedad para prevenir que regrese.

El *Qigong* puede tratar enfermedades, pero no puede ser usado para perturbar el estado normal de la sociedad humana. El estado de la sociedad sería seriamente afectado si el *Qigong* se usara para la curación en gran escala. Esto no está permitido que suceda y tampoco produciría buenos resultados. Como sabemos, antes de establecerse clínicas, hospitales y centros de *Qigong* para el recobro de salud, el *Qigong* podía lograr buenos efectos curativos. Sin embargo, cuando se establece una práctica para recibir pacientes, sus efectos curativos disminuirán verticalmente. Esto indica que no está permitido usar métodos sobrenaturales para reemplazar la función normal de la sociedad común. De hacerlo así, su efectividad inevitablemente sería reducida a un nivel tan bajo como los métodos de la sociedad humana.

Una persona con visión penetrativa puede ver el interior del cuerpo humano, capa por capa, así como se ve en una examinación microscópica. Él puede ver el tejido orgánico o cualquier parte del cuerpo. Hoy en día, con la ayuda de un escáner (T.A.C.) también podemos ver claramente. Pero después de todo, esto se realiza con máquina, lo que gasta mucho tiempo, usa muchas películas y cuesta mucho dinero. Además no son tan convenientes ni precisas como las capacidades sobrenaturales. Con los ojos cerrados y con una mirada del Tercer Ojo, un maestro de *Qigong* puede ver directa y claramente cualquier parte del cuerpo de un paciente. ¿No es esto ciencia y tecnología de alto nivel? Esto es aún más avanzado que la ciencia y la alta tecnología moderna. Este nivel existía en la antigua China y era la tecnología de alto nivel en aquellos tiempos. Una vez Hua Tuo vio un tumor en el cerebro de Tzao Tzao[21] y ofreció operárselo. Tzao Tzao no lo aceptó, creyendo que Hua Tuo intentaba matarlo. Como resultado arrestó a Hua Tuo. Consecuentemente Tzao Tzao murió del tumor cerebral. En la historia china muchos doctores renombrados poseían capacidades sobrenaturales. Sin embargo, esta tradición antigua ha caído en el olvido en la sociedad moderna debido a que la gente esta obsesionada con las cosas materiales.

Nuestra cultivación de alto nivel de *Qigong* requiere que tengamos un nuevo entendimiento de esta tradición, y que continuemos y la desarrollemos en la práctica para que nuevamente sirva en beneficio de los intereses de la humanidad.

---

[20] En la medicina china, diagnosticar el pulso es un arte complejo usado para evaluar la vitalidad de cada órgano interno del cuerpo.

[21] Tzao Tzao—un emperador durante el período de los Tres Reinos (220-265 a.C.).

VI. *Qigong* de la Escuela Buda y el Budismo

Cuando mencionamos el *Qigong* de la Escuela Buda, mucha gente lo asociará con esta cuestión: Dado que la Escuela Buda se enfoca a cultivar Budas, la gente pensará que son cosas del Budismo. Aquí quiero enfatizar y aclarar que Falun Gong es la Gran Ley Ortodoxa, es el *Qigong* de la Escuela Buda, y no tiene nada que ver con el Budismo. El *Qigong* de la Escuela Buda es el *Qigong* de la Escuela Buda, mientras que el Budismo es el Budismo. Aunque sus metas de cultivación son iguales, no van por el mismo camino ni pertenecen al mismo sistema de cultivación. Ellos tienen diferentes requisitos. Aquí uso la palabra "Buda" y la volveré a mencionar cuando hable de la cultivación a alto nivel. La palabra misma no tiene matiz de superstición. Al oír la palabra "Buda," algunos se ponen nerviosos diciendo que estamos propagando superstición. Esto no es correcto. La palabra "Buda" se originó del sánscrito y fue introducida en China de la India y fue traducida fonéticamente al chino con las dos palabras, *Fo Tuo*. La gente ha omitido la palabra "*Tuo*," llamándolo sólo "*Fo*." Entonces traducido al chino, Buda significa "el iluminado," es decir, una persona que ha obtenido la Iluminación. (Véase el diccionario *Ci Hai*.[22])

1. El *Qigong* de la Escuela Buda

En la actualidad, hay dos clases de *Qigong* de la Escuela Buda en circulación. Una es derivada del Budismo y ha producido muchos monjes eminentes durante sus miles de años de desarrollo. Cuando ellos llegaron a un nivel muy alto de cultivación, sus maestros de espacio superior les dieron algunas instrucciones. Por eso, aquellos monjes podían obtener enseñanzas de alto nivel. Antiguamente, esto era legado solamente de uno a otro en el Budismo. Los monjes eminentes no compartían sus enseñanzas con sus discípulos hasta estar cerca de su muerte. Estos monjes cultivaban bajo la guía de doctrinas budistas intentando mejorarse a sí mismos en todos los aspectos. Esta clase de *Qigong* parecía estar cercanamente relacionada al Budismo. Más tarde, cuando los monjes fueron expulsados de sus templos así como lo hicieron durante la Gran Revolución Cultural,[23] sus formas de cultivación fueron pasadas y difundidas ampliamente entre la gente.

El otro tipo de *Qigong* también es *Qigong* de la Escuela Buda, pero a través de las edades, nunca ha sido parte del Budismo. Esta clase de *Qigong* se practica aisladamente entre la gente o en las montañas remotas. Esta vía de *Qigong* tiene formas de cultivación ciertamente únicas. Se requiere que se seleccione un buen discípulo; alguien dotado de tremendas virtudes que sea realmente capaz de cultivarse al alto nivel. Este tipo de persona viene al mundo una vez en muchos, muchos años. Estas formas de cultivación no pueden hacerse públicas porque requieren un muy buen *Xinxing*. Los que practican estas vías pueden hacer progreso rápidamente. Existen muchas de estas formas de cultivación. Lo mismo es cierto del *Qigong* de la Escuela Tao, la cual incluye escuelas como Kunlun, Ermei, Wudang, etc. Hay diferentes vías de cultivación dentro de cada escuela, y las diferentes vías de cultivación son bastante diferentes el uno del otro. No pueden mezclarse y ser practicadas juntas.

2. El Budismo

El Budismo es un conjunto de sistemas de cultivación a la que Sakyamuni[24] se iluminó por su propia cuenta en la India hace más de 2.000 años, y está basada en su práctica de cultivación original. Puede ser resumido en tres palabras: precepto, *samadhi*[25] y sabiduría. El precepto es el medio para realizar *samadhi*. Un budista no enfatiza la práctica de ejercicios externos, pero en efecto está en práctica cuando se sienta en meditación y entra en un estado de tranquilidad. Esto es debido a que energía cósmica empezará a rodear su cuerpo automáticamente cuando su mente está calmada y concentrada. Los preceptos en el Budismo requieren el abstenerse de todos los deseos humanos y abandonar todos los apegos de la gente común para llegar a un estado de tranquilidad y paz, permitiéndole de este modo entrar en *samadhi*. Una persona continúa mejorándose a sí misma en *samadhi* hasta que finalmente adquiere la sabiduría e iluminación. Entonces podrá percibir la verdad del universo.

---

[22] *Ci Ha*—el nombre de un reconocido diccionario chino.

[23] "Gran Revolución Cultural—un movimiento político comunista en la China que denunció los valores y la cultura tradicional (1966-1976).

[24] Sakyamuni—el Buda Sakyamuni, llamado también "el Buda." Antes de buscar la Iluminación, fue un príncipe llamado Siddhartha Gautama, que vivió alrededor del siglo V antes de Cristo en el reino de Sakyas, cerca del borde entre la India y Nepal. Se le conoce popularmente como el fundador del Budismo.

[25] *Samadhi*—Meditación budista.

Sakyamuni sólo hizo tres cosas al día en la primera etapa de la predicación de sus doctrinas: Predicar el Dharma[26] (principalmente el Dharma-Arhat) a sus discípulos; pedir limosna con un pocillo en la mano; y sentarse en meditación con las piernas cruzadas para la cultivación real. Después de que Sakyamuni entró al nirvana, hubo un conflicto entre el Brahmanismo y el Budismo. Estas dos religiones más tarde se combinaron y de esto emergió el Hinduismo. Por eso, el Budismo ya no existe hoy día en la India. Más tarde, en el curso de su desarrollo y evolución, apareció el Budismo Mahayana,[27] que fue introducido al interior de China y se convirtió en el Budismo de hoy día. En el Mahayana, no creen solamente en Sakyamuni como fundador honorable. Muchos otros Budas fueron venerados también, tales como muchos Budas Tathagatas[28], el Buda Amitabha, el Buda Bhaishajaguru, etc. Más tarde, más preceptos fueron estipulados y una meta más alta de cultivación fue establecida. Durante sus días Sakyamuni impartió a un par de sus discípulos el Dharma Bodhisattva[29], el cual fue arreglado más tarde y desarrollado a lo que en el presente día el Budismo Mahayana usa para la cultivación de Bodhisattva. La tradición de Hinayana[30] es aún observada en el Sudeste de Asia, y ceremonias son realizados usando poderes sobrenaturales. En el curso de la evolución del Budismo, una escuela fue introducida al Tibet. Era llamada Tantrismo Tibetano. Otra escuela fue introducida a la región Han en China vía Xinjiang y la llamaron Tantrismo Tang (esta desapareció después de la supresión del Budismo en los años de Huichang[31]). Además, otra rama se desarrolló en el yoga en la India.

En el Budismo no se enseñan ejercicios ni tampoco se practica el *Qigong*. Esto es para mantener los métodos tradicionales de la cultivación budista. Esto es la razón principal del por qué el Budismo ha podido disfrutar de tanta popularidad por más de 2.000 años sin declinar. Es por medio de rechazar cosas foráneas que el Budismo a podido mantener su propia tradición. En el Budismo hay diferentes maneras de cultivarse: El Budismo Hinayana presta particular atención a la salvación personal y a la auto-cultivación, mientras que el Mahayana se ha desarrollado en una escuela que enfatiza ambos, la auto-salvación y la salvación de otros, es decir, la salvación de todos los seres vivientes.

VII. Ley Ortodoxa y Vías Perversas

1. *Pangmen Zuodao* (La Puerta Lateral y Vía Torpe)

Pangmen Zuodao también es llamada la Vía de Cultivación de la Escuela Rara (*Qimen*). Antes de aparecer las religiones, ya habían existido diferentes escuelas de *Qigong*. Muchas vías de cultivación que no se encuentran en las religiones han sido difundidas entre la gente. La mayor parte de ellas no han formado un sistema completo de cultivación ni de teoría. Sin embargo, las vías de cultivación *Qimen* tienen sus propios métodos sistemáticos, integrados e intensivos de cultivación, los cuales han sido difundidos entre la gente. Este tipo de cultivación es generalmente conocido como *Pangmen Zuodao*. ¿Por qué fue llamado así? Literalmente, *Pangmen* significa "puerta lateral," y *Zuodao*, "la vía torpe." Se cree que la forma de cultivación de la Escuela Buda y de la Escuela Tao es Ortodoxa, mientras que todas las otras vías de cultivación son heterodoxas o perversas. Sin embargo, esto no es verdad. Por generaciones, las vías de cultivación *Qimen* han sido legadas en secreto a un solo discípulo cada vez. No pueden ser mostradas al público, porque la gente común no podría entenderlas bien. Los mismos cultivadores de estos sistemas consideran que sus vías de cultivación no pertenecen ni a la Escuela Buda ni a la Escuela Tao. Los principios de cultivación de las vías *Qimen* exijen estrictos requisitos del *Xinxing*. Ellos se cultivación de acuerdo con el carácter cósmico y enfatizan la importancia de hacer buenas obras y mantener bien su *Xinxing*. Todos los maestros altamente consumados en estas prácticas poseen habilidades únicas y algunas de sus habilidades son extraordinarias. He conocido a tres maestros altamente consumados de esta escuela, los cuales me impartieron algunas habilidades que no se encuentran en la Escuela Buda ni en la Escuela Tao. Lo que ellos me impartieron fue bastante difícil de practicar en el curso de la cultivación, así que el *Gong* obtenido resultó ser bastante singular. En contraste, algunas de esas vías de cultivación que suponen ser de la Escuela Buda y de la Escuela Tao carecen de estrictos requisitos para el *Xinxing* y como resultado sus practicantes no logran cultivarse a un nivel alto de cultivación. Por eso debemos juzgar cada vía de cultivación objetivamente.

---

[26] Dharma—esta es la traducción convencional de la palabra china "Fa (Ley)," como es usada en el contexto del Budismo.
[27] Mahayana—"Budismo del Gran Vehículo."
[28] Tathagata—un ser iluminado con Estado de Logro en la Escuela Buda que está por encima del nivel de un Arhat y una Bodhisattva.
[29] Bodhisattva—un ser iluminado con Estado de Logro en la Escuela Buda que está por encima de una Arhat pero por debajo de un Tathagata.
[30] Hinayana—"Budismo del Pequeño Vehículo."
[31] Huichang—la época cuando el Emperador Wu Zong gobernó durante la Dinastía Tang (841-846 d.C.)

2. El *Qigong* de las Artes Marciales (*Wushu Qigong*)

El *Qigong* de las artes marciales tiene una larga historia de desarrollo. Al tener su propia teoría integrada y un sistema de cultivación, ha formado un sistema independiente. Hablando estrictamente, sólo manifiesta las capacidades sobrenaturales que son desarrolladas en el nivel más bajo de cultivación interna. Todas las capacidades sobrenaturales adquiridas a través de la práctica de las artes marciales pueden ser obtenidas por medio de la cultivación interna. La cultivación del *Qigong* de las artes marciales empieza también con el ejercicio del *Qi*. Por ejemplo, para partir una piedra con la mano, primero uno tiene que ejercitar el *Qi* por medio de girar los brazos. A la larga, el *Qi* se transformará cualitativamente y formará una masa de energía que parece una clase de luz. Sólo al llegar a este estado puede el *Gong* empezar a funcionar. Como el *Gong* es una materia de alta calidad con inteligencia, está bajo el control de la mente de uno y existe en otra dimensión. Cuando uno está en combate, no necesita conducir el *Qi* y sólo con pensarlo, entra el *Gong* en juego. A medida que uno practica, su *Gong* será reforzado incesantemente, con las partículas volviéndose más pequeñas y la energía más potente. Como resultado, desarrollará habilidades (*Gongfu*) tales como la Palma Arena de Hierro y Palma Cinabrio. En años recientes, tales habilidades como el Amparo de Campana de Oro y la Camisa de Tela de Hierro han sido mostrados en películas, programas de televisión y en revistas. Esto es un efecto logrado por la práctica integrada de las artes marciales y de la cultivación interna y un resultado de la combinación de la práctica exterior con la cultivación interna. La cultivación interna pone énfasis en la importancia de prestar atención a la virtud y el *Xinxing* de uno. Hablando teóricamente, cuando las habilidades (*Gongfu*) de uno han alcanzado un cierto nivel, el *Gong* será emitido del interior al exterior del cuerpo, convirtiéndose en una cubierta protectora debido a su gran densidad. La diferencia principal entre el *Qigong* de las artes marciales y nuestro sistema de cultivación interna radica en que las artes marciales son practicadas con movimientos violentos, sin requisitos de tranquilidad. Como resultado, el *Qi* se mueve en los músculos por debajo de la piel y no entra en el *Dantian*.[32] Por eso, ellos no se cultivan ni pueden cultivar la vida.

3. Cultivación Inversa y Préstamo de Energía

Hay personas que nunca han practicado *Qigong*, pero de la noche a la mañana se encuentran en posesión de una gran cantidad de energía, e incluso pueden curar enfermedades. La gente les llama maestros de *Qigong* y ellos también van por allí enseñando a otros a practicar *Qigong*. Algunos de ellos nunca antes han aprendido *Qigong*, mientras que otros, han aprendido sólo unos movimientos y empiezan a impartírselo a otros después de haber cambiado un poco los movimientos. Este tipo de persona no está cualificada para ser un maestro de *Qigong* porque no tiene nada para impartir a otros. Lo que ellos enseñan no puede guiar a nadie a un nivel alto de cultivación; lo mejor que pueden hacer es eliminar enfermedades y fortalecer la salud. ¿Cómo han obtenido el *Gong*? Primeramente, quisiera decir unas pocas palabras sobre la cultivación inversa. El bien conocido término de la "cultivación inversa" le sucede a una persona cuyo *Xinxing* es excelente y que tiene muy buenas cualidades. Generalmente son mayores, sobre los 50 años de edad. Esta persona no puede completar su cultivación desde el comienzo porque su tiempo de vida restante ya no es suficiente. Además, no le es fácil encontrar un excelente maestro que le enseñe un sistema integrado de cultivación para cuerpo y mente. El momento que este tipo de persona tiene el deseo de practicar, su maestro de un espacio superior le dará una cantidad considerable de energía basada en el mérito de su *Xinxing*. Esto le permite cultivar en el orden inverso, de arriba abajo y es mucho más rápido de esta forma. Desde otra dimensión, maestros de alto nivel hacen la transformación y continuamente añaden *Gong* a la persona desde el exterior de su cuerpo; este es el caso especialmente cuando la persona está tratando pacientes y formando un campo de energía. El *Gong* suministrado por los maestros fluye como a través de una tubería. Algunas de tales personas ni siquiera saben de dónde viene esta energía. Este fenómeno es llamado la cultivación inversa.

Hay otra forma llamada "préstamo de energía," que no tiene límite de edad. Una persona tiene por lo menos una Consciencia Asistente (*Fu Yishi*) además de su Consciencia Principal (*Zhu Yishi*), pero la anterior (*Fu Yishi*), suele ser más alta en rango que la última (*Zhu Yishi*). La Consciencia Asistente de algunas personas es tan alta de nivel que puede hacer contacto con seres iluminados en otras dimensiones. Cuando estas personas deseen practicar, su Consciencia Asistente establecerá contacto con los seres iluminados y les será prestada energía para que puedan subir su propio nivel. De esta forma, estas personas también se encontrarán con energía de la noche a la mañana. Después que han obtenido la energía serán capaces de curar pacientes y librarlos de sus sufrimientos. Usualmente emplean el método de crear un campo de energía y también pueden transmitir su energía a una persona individualmente y enseñarle algunas técnicas.

Frecuentemente tales personas hacen bien al comienzo. Debido a que poseen *Gong*, crean una enorme reputación y adquieren ambos, fama y riqueza personal. Sus deseos de fama personal y de fortuna llegan a

[32] *Dantian*—"Campo de *Dan*," localizado en el abdomen inferior.

ocupar una proporción muy grande de sus pensamientos; más que el deseo de cultivarse. Desde ese punto en adelante, su *Gong* empezará a disminuir rápidamente hasta que al final desaparece por completo.

4. Lenguaje Cósmico

Algunos pueden hablar repentinamente un lenguaje y lo hablan bastante fluidamente. Sin embargo, este no es un lenguaje de la sociedad humana. ¿Cómo se le puede llamar? Se llama lenguaje cósmico. Este tal llamado "lenguaje cósmico" es de hecho simplemente el lenguaje de los seres sutiles de una dimensión un poco superior a la nuestra. Este fenómeno le está ocurriendo actualmente a muchos practicantes de *Qigong* en China; algunos incluso pueden hablar varios lenguajes. Como sabemos, los lenguajes humanos son muy complicados. Hay más de mil lenguajes. ¿Se puede considerar el hablar un lenguaje cósmico como una capacidad sobrenatural? No creo que lo sea. No es una capacidad sobrenatural de uno mismo, ni tampoco una capacidad concedida por alguien de otra dimensión. El que habla un lenguaje cósmico está controlado por un ser sutil que está en otra dimensión, por lo menos un poco superior al nuestro. Entonces, el ser sutil es el que habla. Las personas que hablan no saben de lo que están hablando. Sólo las personas poseedoras de "telepatía" pueden percibir la idea general. Este lenguaje no es una capacidad sobrenatural. Pero mucha gente se enorgullece y se siente complacida y extraordinaria después de hablarlo. En realidad, una persona cuyo Tercer Ojo está abierto a un alto nivel puede percibir que un ser sutil está hablando desde un lugar oblicuamente hacia arriba de él, por medio de su boca.

El ser sutil le enseña al parlante el lenguaje cósmico y al mismo tiempo le transmite una porción de energía. Sin embargo, de allí en adelante, el que habla será controlado por él, así que esto no es una vía de cultivación Ortodoxa. Aunque el ser sutil está en una dimensión un poco más alta, no está cultivando una ley Ortodoxa ni sabe cómo hacer que el practicante se libre de enfermedades y fortalezca la salud. Por eso, él recurre a este método para emitir energía por medio del habla. Debido a que esta energía se emite de manera esparcida, tiene muy poco poder, la cual puede surtir cierto efecto en tratar algunas enfermedades ligeras, pero no las graves. En el Budismo, se dice que los seres celestiales no pueden cultivarse porque no pasan sufrimientos ni tienen conflictos; además, no pueden templarse a sí mismos y son incapaces de elevar su nivel de cultivación. Por eso, tratan de mejorarse por medio de ayudar a otros seres humanos a eliminar sus enfermedades y fortalecer la salud. Esto es el lenguaje cósmico. El lenguaje cósmico no es una capacidad sobrenatural ni tampoco una clase de *Qigong*.

5. Mensaje de Posesión

Entre los mensajes poseedores, el espíritu poseedor es el más dañino. Esto es causado por la práctica de vías perversas. El espíritu poseedor hace mucho daño a la gente. Las consecuencias sufridas por las personas poseídas son terribles. Poco después de empezar la práctica, algunos se obsesionan por tratar enfermedades y hacer fortuna; sus mentes están siempre llenas de esos deseos. Puede que originalmente fueron gente buena o que ya tenían a un maestro cuidándoles. No obstante, una vez que pensaron tratar enfermedades y hacer fortuna, les vino la desgracia de atraer a su cuerpo espíritus poseedores, que a pesar de no encontrarse en nuestra dimensión física, sí existen.

Si un practicante siente de repente que su Tercer Ojo está abierto y que posee *Gong*, en realidad es el espíritu maligno el que ahora está dominando su cerebro. El espíritu refleja las imágenes en el cerebro del practicante, para hacerle sentir que su Tercer Ojo está abierto. En realidad, no está abierto. ¿Por qué el espíritu poseedor le da esas capacidades? ¿Por qué le ayuda? Porque en nuestro universo, no se permite a los animales llegar a la perfección en la cultivación, ni obtener una Ley Ortodoxa porque ellos no prestan atención al mejoramiento de su *Xinxing*, ni tampoco pueden elevar su nivel. Por eso, ellos desean poseer cuerpos humanos para lograr su esencia. En el universo, hay también otro principio: Sin pérdida, no hay ganancia. Si un espíritu poseedor satisface tu deseo de fama y fortuna personal haciéndote rico y famoso, él no te ayuda en vano. El espíritu poseedor quiere lograr algo; consumir tu esencia. Cuando ellos te abandonen, no tendrás nada, te quedarás muy débil y te convertirás simplemente en un vegetal. Esto es causado por tu mal *Xinxing*. Un pensamiento de bondad puede reprimir cien perversidades. Si hay rectitud en tu mente, no atraerás ninguna perversidad. Es decir, como practicante debes ser bondadoso y recto, no debes perseguir nada malo o corrupto y practicar solamente una vía de cultivación Ortodoxa.

6. El *Qigong* de la Escuela Ortodoxa Puede Desviarse si se Practica de una Manera Perversa

Aunque las prácticas que algunos aprenden provienen de vías ortodoxas de cultivación, la gente inconscientemente puede practicar una vía perversa porque no son estrictos consigo mismos, ni prestan atención a su *Xinxing*, pensando algunas cosas malas durante la práctica. Por ejemplo, cuando un practicante está parado en la postura de la estaca-parada o está sentado con las piernas cruzadas, puede estar pensando

sobre dinero, fama y logro de capacidades sobrenaturales, o cómo puede castigar a otro que lo ha tratado mal. De hecho, el practicante está añadiendo algunas cosas malas a su *Gong* y en realidad está practicando una vía perversa. Esto es muy peligroso, porque probablemente así se atraerá algunas cosas malas, tales como espíritus perversos y tal vez, él mismo ni se de cuenta de ello. Su apego es fuerte y es inaceptable aprender una Ley Ortodoxa para satisfacer los deseos de uno. Si él mantiene una mente malévola, su maestro no tendrá modo de protegerlo. Por eso, un practicante debe mantener en buen estado su *Xinxing*, ser recto en mente y no desear nada. De no ser así, probablemente se encontrará con dificultades.

CAPÍTULO II

FALUN GONG

Falun Gong, se deriva de Falun Xiulian Dafa,[33] la Gran Ley de Cultivación del Falun de la Escuela Buda. Es una de las vías de cultivación especiales del *Qigong* de la Escuela Buda, pero tiene su particularidad de ser diferente a otras vías de cultivación comunes de la Escuela Buda. En el pasado, era un sistema de cultivación intensivo que requería que un practicante debiera tener un *Xinxing* extremadamente alto y ser bien fundado en todas las virtudes. A fin de hacer que más practicantes puedan elevar su nivel de cultivación y satisfacer también la demanda de los muchos cultivadores que tienen aspiraciones, he arreglado especialmente este sistema formando así un conjunto de métodos de cultivación para facilitar su popularización. No obstante, Falun Gong ya es muy superior al nivel de las cosas practicadas en otros sistemas comunes de cultivación.

I. La Función del Falun

El Falun de Falun Gong tiene las mismas características que el universo. El Falun es la miniatura del universo. Un cultivador de Falun Gong no sólo puede incrementar rápidamente sus capacidades sobrenaturales y Potencia de Energía sino que adquirirá un Falun incomparablemente poderoso en un tiempo muy corto de cultivación. Después de formarse, el Falun existirá como una entidad viviente e inteligente y rotará automática e incesantemente en la parte inferior del abdomen del practicante, colectando y evolucionando continuamente la energía del cosmos. Al final, esta energía se transformará en *Gong* dentro del cuerpo propio del practicante y así podrá alcanzar el efecto de "la Ley refina al cultivador" (*Fa Lian Ren*). Eso quiere decir que aunque el cultivador no practique todo el tiempo, el Falun nunca parará de refinar al cultivador. Al girar hacia el interior (en el sentido de las manecillas del reloj), el Falun salva al mismo cultivador y asume la función de fortalecer la salud y abrir la inteligencia y sabiduría del cultivador, así como de protegerle para que no se desvíe en su práctica, ni sea hostigado por personas de mala voluntad. Girando hacia el exterior, el Falun puede salvar a otros, curándoles enfermedades, desechando la perversidad y rectificando todos los estados anormales para ellos. El Falun gira incesantemente en el abdomen inferior del cultivador, dando nueve vueltas en el sentido de las manecillas del reloj y luego otras nueve vueltas contra el sentido de las manecillas del reloj. Cuando gira en el sentido de las manecillas del reloj, absorbe fuertemente la energía del universo. La energía es muy poderosa. Mediante el aumento de la Potencia de Energía, el Falun gira cada vez más vigorosamente. Esto no se puede obtener por medio de verter intencionalmente el *Qi* con las manos y llenarlo por el tope de la cabeza. Cuando el Falun gira contra el sentido de las manecillas del reloj, emite la energía, salvando a todos los seres vivientes, rectificando estados anormales y dando beneficios a todas las personas alrededor del cultivador. De todas las vías de cultivación enseñadas al público en China, Falun Gong es la única que puede alcanzar el efecto de "la Ley refina al cultivador."

El Falun es la cosa más valiosa que no puede ser canjeada incluso ni por mil piezas de oro. Cuando mi maestro me transmitió el Falun, me dijo que no se podía pasar este Falun a nadie; incluso aquellos que han cultivado el Tao por mil años desean obtenerlo, pero no pueden. Este sistema de cultivación sólo puede pasarse a una sola persona a través de tiempos muy, muy largos, a diferencia de aquellas que son pasadas a una persona cada varias décadas. Por eso, el Falun es extremadamente valioso. Aunque el Falun que hemos evolucionado no sea tan poderoso como el original, aún es extremadamente valioso. Si un cultivador lo ha obtenido, eso significa que ha llevado a cabo la mitad de su cultivación. Lo que le queda para hacer es mejorar su *Xinxing* y en el futuro, le esperará un nivel de cultivación considerablemente alto. Por supuesto, el Falun no se quedará con aquellos que no tienen relaciones predestinadas, quienes no podrán continuar su práctica en el futuro.

Aunque Falun Gong pertenece al sistema de la Escuela Buda, sobrepasa mucho el recinto de esta Escuela: Falun Gong cultiva de acuerdo al cosmos entero. En el pasado, la Escuela Buda hacía la cultivación con las doctrinas de la Escuela Buda, y la Escuela Tao, con las de la Escuela Tao. Sin embargo, en lo fundamental,

[33] Falun Xiulian Dafa—"La Gran Vía de Cultivación de la Rueda de la Ley."

ninguna de ellas ha expuesto a fondo el cosmos. Al igual que un ser humano, el cosmos tiene además de su composición física, su carácter, que puede ser resumido en tres palabras: *Zhen-Shan-Ren*. La cultivación de la Escuela Tao pone énfasis en el *Zhen*. Así sus cultivadores deben decir la verdad, actuar en la verdad, retornar al origen y a su ser verdadero, y finalmente volverse una persona verdadera. La cultivación de la Escuela Buda pone énfasis en *Shan*, haciendo crecer gran bondad y compasión. Así ellos desean salvar a todos los seres vivientes. Nuestra Escuela hace una cultivación integral de *Zhen-Shan-Ren*, cultivando directamente de acuerdo con el carácter fundamental del cosmos para alcanzar finalmente la completa conformidad con el cosmos.

Falun Gong es un sistema de cultivación integrada para cultivar ambos, mente y cuerpo. Cuando la Potencia de Energía y el *Xinxing* de un practicante hayan alcanzado un cierto nivel, él seguramente obtendrá la Iluminación (un estado de liberar su *Gong*) y conseguirá por medio de la cultivación un cuerpo indestructible en este mundo. En general, Falun Gong se divide en la Ley Dentro del Mundo Triple (*Shi Jian Fa*) y la Ley Fuera del Mundo Triple (*Chu Shi Jian Fa*) con muchos niveles en cada una de ellas. Espero que los numerosos practicantes que tienen altas aspiraciones sean diligentes en la cultivación, mejoren incesantemente su *Xinxing* y lleguen a la perfección.

II. La Configuración del Falun

El Falun de Falun Gong es una entidad giratoria inteligente de materia de alta energía. El Falun gira de acuerdo con la ley de movimiento del cuerpo celestial del cosmos entero. En cierto sentido, el Falun es la miniatura del cosmos.

En el centro del Falun, se encuentra el signo esvástico "卍" de la Escuela Buda, que en sánscrito significa, "Acumular Buena Suerte," (véase en el diccionario *Ci Hai*) y es el núcleo del Falun. Este signo esvástico se asemeja al color oro y su color de fondo es rojo brillante. El color de fondo de su círculo exterior es anaranjado. Cuatro símbolos *Taiji*[34] y cuatro Falun de la Escuela Buda se distribuyen alternativamente en ocho direcciones. Los símbolos-*Taiji* compuestos de color rojo y negro pertenecen a la Escuela Tao, mientras que los de color rojo y azul pertenecen a la Escuela del Gran Tao Original. Los cuatro pequeños Falun también son de color oro. El color de fondo del Falun puede cambiarse periódicamente de rojo, a anaranjado, amarillo, verde, índigo, azul o violeta, lo cual es muy bello (véase el dibujo en la cubierta). El color del signo esvástico "卍" en el centro no cambia. Estos signos esvásticos "卍", de diferentes tamaños, giran sobre sí mismo, al igual que el Falun. El Falun tiene su raíz en el cosmos. El cosmos está girando, todas las galaxias están girando, así que el Falun también está girando. Quien tenga su Tercer Ojo abierto en un plano bajo puede ver el Falun girando como las aspas de un ventilador eléctrico, mientras que algunos cuyo Tercer Ojo está abierto en un plano alto pueden ver el escenario completo del Falun, que es tan bello y brillante que puede motivar a los practicantes en su esfuerzo hacia el progreso de su cultivación.

III. Características de Falun Gong

1. La Ley Refina al Cultivador

El practicante de Falun Gong no sólo puede incrementar rápidamente su Potencia de Energía y capacidades sobrenaturales, sino también puede adquirir un Falun por medio de la cultivación. El Falun se formará en un tiempo muy corto. Una vez formado el Falun, será tan poderoso que podrá proteger al practicante para que no se desvíe en su cultivación ni sea hostigado por personas de mala voluntad. En teoría, Falun Gong es completamente diferente de las vías de cultivación tradicionales. Después de formado el Falun, girará incesantemente. Existe como una entidad viviente e inteligente y acumula constantemente la energía en el abdomen inferior del practicante. El Falun colecciona la energía desde el cosmos por medio de su rotación automática. Es justamente su rotación constante la que puede alcanzar el efecto de "la Ley refina al cultivador." Eso quiere decir que aunque el cultivador no practique los ejercicios todo el tiempo, el Falun nunca parará de refinar al cultivador. Como todos saben, la gente tiene que trabajar de día y descansar por la noche. Debido a eso, el tiempo para la práctica es muy limitado. El pensar en todo momento sobre la práctica no le permitirá a uno alcanzar el propósito de practicar las 24 horas del día sin cesar. La meta de practicar todas las horas del día no puede lograrse con ningún otro método. Sin embargo, el Falun gira constantemente, atrayendo hacia adentro gran cantidad de *Qi* (una forma de existencia de energía en la etapa inicial) desde el cosmos, depositando el *Qi* atraído en todas las partes del Falun, transformándolo sin cesar ni un solo momento, en materia de alta energía durante el día y la noche, finalmente convirtiéndolo en *Gong* dentro del cuerpo del practicante. Esto es lo que significa "la Ley refina al practicante." Por esta razón, la cultivación de Falun Gong es completamente diferente de las teorías alquímicas de las escuelas de *Qigong*.

---

[34] *Taiji*—el símbolo de la Escuela Tao, llamado popularmente en occidente como el símbolo del "*Yin-Yang*."

La característica más destacada de la cultivación de Falun Gong es cultivar el Falun, en vez de practicar la alquimia interna. Todas las otras vías de cultivación divulgadas en la sociedad actual cultivan el *Dan*[35], sin importar a qué familia o escuelas pertenezcan, sean ramas del Budismo o Taoísmo, de la Escuela Buda o Tao o de las sectas folklóricas, inclusive también muchas vías de cultivación de la Escuela Rara. Todos los monjes, monjas y practicantes taoístas toman el camino de cultivar el *Dan*. Cuando se efectúa la incineración de sus cuerpos después de su muerte, se encuentran *sarira*,[36]que están compuestos de substancias muy duras y bellas. Los aparatos científicos modernos no pueden examinar de qué materia están compuestas. En realidad, son materias de alta energía recogidas de otras dimensiones y no son cosas de nuestra dimensión. Este es exactamente el *Dan*. Para los cultivadores que practican el *Qigong Alquímico*, les es muy difícil alcanzar el estado de Iluminación durante sus años de vida. En el pasado, muchos practicantes del *Qigong Alquímico* trataban de elevar el *Dan* fuera de sus cuerpos. Sin embargo, después de subirlo hasta el Palacio *Niwan*,[37] no encontraban forma de empujarlo para fuera, y como resultado, murieron de sofocación. Algunos practicantes quisieron estallarlo intencionalmente, pero no tuvieron manera de lograrlo. Hubo algunos casos como este: El abuelo de un practicante practicó infructuosamente la cultivación y en vísperas de su muerte, escupió el *Dan* hacia el padre del practicante. El padre también practicó infructuosamente y en su agonía, se lo pasó a su hijo. Sin embargo, hasta este día, el practicante no ha logrado mucho. ¡Qué difícil es! Por supuesto, hay muchas vías de cultivación que son muy buenas. Si puedes obtener una enseñanza verdadera, eso es bueno. El caso es que, por lo común, lo que te imparten no es algo de alto nivel.

2. La Cultivación de la Consciencia Principal

Cada uno tiene una Consciencia Principal y depende de ella para hacer cosas y pensar sobre cuestiones diarias. Además de una Consciencia Principal, una persona tiene una o varias Consciencias Asistentes y espíritus heredados de sus antepasados. La Consciencia Asistente tiene el mismo nombre que la Consciencia Principal, pero en general, la Consciencia Asistente es más capaz y de más alto nivel que la Consciencia Principal. No está ofuscada por la sociedad de la gente común y puede ver su propia dimensión específica. Muchas vías de cultivación toman el camino de cultivar la Consciencia Asistente, en donde el cuerpo físico y la Consciencia Principal del practicante sólo funcionan como portadores. Frecuentemente estos practicantes no saben eso e incluso se sienten contentos y orgullosos. Es muy difícil renunciar a las cosas materiales cuando se vive en la sociedad humana, especialmente aquellas cosas a las que ellos se apegan. Por eso muchas vías de cultivación enfatizan la concentración mental, la concentración mental absoluta. Cuando la transformación ocurre durante un estado de trance, es la Consciencia Asistente del practicante la que evoluciona en otra sociedad y se mejora durante este proceso. Un día, después de completar su cultivación, la Consciencia Asistente se llevará el *Gong*. No le quedará nada a la Consciencia Principal y al cuerpo propio, así el practicante perderá todos los frutos ganados en su cultivación durante toda la vida. ¡Qué gran lástima! Algunos maestros famosos de *Qigong* tienen diversas grandes capacidades sobrenaturales y gozan de alta reputación, pero no saben que su *Gong* no crece en absoluto en sus propios cuerpos.

Nuestro Falun Gong se dirige directamente a la cultivación de la Consciencia Principal, lo cual requiere que el *Gong* crezca verdadera y realmente en tu cuerpo. Por supuesto, tu Consciencia Asistente obtendrá también una porción de energía y mejorará en su posición subordinada. Nuestra vía de cultivación requiere una estricta cultivación del *Xinxing* para que afines tu *Xinxing* y te mejores en la sociedad de la gente común, bajo las condiciones más complicadas; como una flor de loto emergiendo fuera del lodo. Debido a esto podrás llegar a la perfección en la cultivación. Esta es la razón del por qué Falun Gong es tan valioso. Es valioso porque eres tú mismo el que obtiene el *Gong*. Sin embargo, aquello también es muy difícil. Es difícil porque has elegido un camino que te refinará y te probará en las circunstancias más complicadas.

Dado que el propósito de esta cultivación es cultivar la Consciencia Principal, el practicante debe usar siempre su Consciencia Principal para gobernar su cultivación. La Consciencia Principal es la que debe decir la última palabra; no deben entregarse a la Consciencia Asistente. De otro modo, un día, después de llegar a la perfección en la cultivación, la Consciencia Asistente se llevará el *Gong*, mientras que la Consciencia Principal y el cuerpo propio no conseguirán nada. A un alto nivel de cultivación, no funcionará si tu Consciencia Principal es como si estuviera dormida y no sabe qué sistema de cultivación está practicando. Has de saber claramente que estás practicando, haciendo la cultivación hacia un nivel más alto y elevando tu *Xinxing*. Sólo de esta manera puedes tomar la iniciativa y obtener el *Gong*. A veces, haces algo en un estado hipnótico y no sabes cómo lo has realizado. En realidad, es tu Consciencia Asistente la que ha funcionado y te ha mandado. Si estás sentado con las piernas cruzadas, abres los ojos y ves que enfrente de ti hay otro tú, este es tu Consciencia Asistente. Si estás sentado con las piernas cruzadas encarando al norte, pero de repente te encuentras que ya estás en el lado norte, pensarás, "¿Cómo salí?" Esto es que el verdadero tú ha salido de tu cuerpo, mientras

---

[35] *Dan*—una masa de energía que se forma en los cuerpos de algunos cultivadores en la alquimia interna (*Qigong Alquímico*); en la alquimia externa, se conoce como el "Elixir de la Immortalidad."

[36] *sarira*—restos especiales que quedan después de que ciertos cultivadores son incinerados.

[37] Palacio *Niwan*—un término taoísta para la glándula pineal.

que tu cuerpo físico junto con tu Consciencia Asistente todavía están allí sentados. De esta manera se puede hacer una distinción entre ambas.

Uno no debe olvidarse completamente de sí mismo cuando está practicando los ejercicios de Falun Gong. Olvidarse de sí mismo no concuerda con la Gran Ley de cultivación de Falun Gong. Uno debe mantener la mente lúcida durante la práctica. Cuando tu Consciencia Principal sea fuerte en la práctica, no te desviarás de la cultivación y nada podrá hacerte daño. Si tu Consciencia Principal es muy débil, algo se subirá a tu cuerpo y podría dominarte.

3. No Hay Consideración de Tiempo ni Dirección Durante la Práctica

Muchas vías de cultivación le dan mucha atención a qué dirección uno debe encarar y qué hora es la mejor para la práctica. Nosotros no consideramos nada de eso. Practicamos Falun Gong de acuerdo con el carácter cósmico y el principio de la evolución cósmica. Por eso, no prestamos atención ni a la dirección ni al tiempo. Cuando hacemos la práctica, eso significa que la efectuamos sentados sobre el Falun, girando constantemente y encarando a todas las direcciones. Nuestro Falun es sincrónico con el cosmos. El cosmos está en movimiento y la Vía Láctea también. Los nueve planetas están girando alrededor del sol y la tierra misma está rotando sobre sí misma. ¿Qué dirección es el Este, Sur, Oeste o Norte? Los llamados Este, Sur, Oeste y Norte, son las divisiones hechas por la gente desde el ángulo del globo terrestre. Por eso, no importa a qué dirección estés encarando cuando estás practicando, en realidad, estás encarando a todas las direcciones.

Algunos dicen que el mejor tiempo para practicar es de las 11:00 p.m. a la 1:00 a.m. o de las 11:00 a.m. a la 1:00 p.m. u otras horas. Nosotros tampoco consideramos esto porque cuando no estás practicando, el Falun está refinándote y ayudándote a cada momento a hacer la práctica, lo que quiere decir que "la Ley refina al practicante." En el *Qigong* de la alquimia interna, es el practicante el que cultiva el *Dan*, mientras que en Falun Gong, es la Ley la que refina al practicante. Si tienes más tiempo, puedes hacer más práctica. Si tienes menos tiempo, puedes hacer menos práctica. Esto se puede efectuar a tú mayor conveniencia.

IV. Cultivación Integrada de Ambos Cuerpo y Mente

La cultivación de Falun Gong es para cultivar ambos, cuerpo y mente. Practicar los ejercicios, cambia primero el cuerpo original. El cuerpo original no se perderá. La Consciencia Principal y el cuerpo físico se unirán en uno, llegando a la perfección en la cultivación del ser entero.

1. Cambiando el *Benti* [38]

El cuerpo humano está formado de carne, sangre y huesos con diferentes estructuras moleculares y elementos. Por medio de la cultivación, los componentes moleculares del cuerpo humano se transforman en materia de alta energía. De este modo, el cuerpo humano ya no está compuesto de los elementos moleculares originales, sino que ha sido cambiado esencialmente. Sin embargo, como el cultivador practica y vive entre la gente común, no puede perturbar el estado de la sociedad humana. Por eso, esta transformación no cambia la estructura molecular original, ni el orden de colocación molecular, sino solamente los elementos moleculares. La carne del cuerpo humano aún es suave, los huesos todavía son duros y la sangre aún fluye. El cuerpo aún podrá sangrar después de haber sido cortado por un cuchillo. De acuerdo con la antigua teoría china de los Cinco Elementos, el Metal, la Madera, el Agua, el Fuego y la Tierra constituyen millones de cosas en este mundo. El cuerpo humano es igual. Cuando un cultivador ha experimentado los cambios en su cuerpo donde la materia de alta energía reemplaza los elementos moleculares originales, el cuerpo ya no está compuesto de las substancias originales. Este es precisamente el principio detrás de lo que se conoce como: "Trascendiendo los Cinco Elementos."

La característica más distintiva de las vías que cultivan ambos cuerpo y mente, consiste en prolongar la vida humana y en retardar la vejez. Nuestro Falun Gong posee justamente esta característica evidente. El camino que toma Falun Gong reside en: Cambiar de raíz los elementos moleculares del cuerpo humano, almacenar la materia de alta energía coleccionada en cada célula y finalmente reemplazar los elementos de la célula con la materia de alta energía. De esta forma, el metabolismo no ocurre más. Esto significa que el practicante ha trascendido los Cinco Elementos y ha adquirido un cuerpo compuesto de materias de otra dimensión. Esta persona mantendrá siempre su juventud, ya que no será restringido por el tiempo de nuestra dimensión.

A lo largo de las épocas, hubo muchos monjes eminentes que han gozado de longevidad. Ahora en la calle, hay algunos peatones que tienen varios centenares de años, pero no puedes reconocerles como personas de tanta edad porque parecen muy jóvenes y visten como la gente común. La vida de una persona no debe ser tan corta como la de ahora. Desde el punto de vista de la ciencia contemporánea, una persona puede vivir más

[38] *Benti*—Cuerpo original; cuerpo físico aquí y en otras dimensiones.

de 200 años. Según lo registrado, un inglés llamado Femcath vivió 207 años. Un japonés llamado Mitsu vivió 242 años. En la Dinastía Tang de China, un monje llamado Huizhao vivió 290 años. De acuerdo con los anales del distrito de Yongtai, provincia de Fujian, Chen Jun nació en el primer año del reinado Zhong He del emperador Xi Zong de la Dinastía Tang (año 881 d.C.), y murió durante el reinado Tai Ding de la Dinastía Yuan (año 1324 d.C.), cuando tenía 443 años. Todos estos acontecimientos están registrados en la historia escrita y pueden ser investigados; no son cuentos fantásticos. Por medio de la práctica, nuestros cultivadores de Falun Gong pueden encontrar que las arrugas de la cara se han reducido visiblemente, que sus rostros son rubicundos y resplandecientes y que sus cuerpos se han hecho tan ligeros que no se sienten cansados cuando caminan o trabajan. Esto es un fenómeno común. Yo mismo he hecho la cultivación por decenas de años y algunos dicen que mi aspecto facial no ha cambiado mucho en comparación con el de hace 20 años. Esta es la razón. Nuestro Falun Gong tiene algo poderoso para cultivar la vida humana. Los practicantes de Falun Gong parecen tener mucho menos edad y ser mucho más jóvenes en comparación con personas comunes de la misma edad. Así que las características más distintivas de sistemas de cultivación que cultivan ambos cuerpo y mente son: su poder para prolongar la vida, retrasar la vejez y lograr la longevidad.

2. El Circuito Celestial Falun

El cuerpo humano es un pequeño universo. La energía del cuerpo humano circula dando una vuelta alrededor del cuerpo, lo que se llama la circulación del pequeño universo o la circulación celestial. Hablando en términos de niveles, la conexión de los dos meridianos *Ren* y *Du*[39] es sólo un circuito celestial superficial y no tiene la función para cultivar el cuerpo humano. El verdadero Pequeño Circuito Celestial circula internamente desde el Palacio *Niwan* hasta el *Dantian*. A través de la circulación interna, todos los canales se abren y se dilatan del interior al exterior del cuerpo. Nuestro sistema de cultivación requiere que al justo comienzo de la práctica, todos los canales ya deban estar abiertos.

El Gran Circuito Celestial es la circulación de los ocho Extra Meridianos[40] y va alrededor del cuerpo entero para completar un ciclo. Si el Gran Circuito Celestial está abierto, creará un estado en donde el practicante puede levitar en el aire. Esto es lo que significa "volar hacia el cielo a plena luz del día," como está descrito en *Escrituras para la Cultivación de Dan* (Tao Tseng). No obstante, usualmente una cierta parte de tu cuerpo estará encerrada para que no puedas volar en el aire. Pero podrás encontrarte en este estado: Caminarás muy rápidamente y sin esfuerzo y cuando subas una montaña te sentirás tan ligero como si alguien te empujara hacia arriba. Con la abertura del Gran Circuito Celestial podrás poser una capacidad sobrenatural que permite al *Qi* en diferentes órganos del cuerpo humano cambiarse mutuamente de localidad. El *Qi* en el corazón se moverá al estómago, el *Qi* en el estómago se moverá a los intestinos... Mediante el fortalecimiento de la Potencia de Energía, cuando esta capacidad es lanzada al exterior del cuerpo, se convierte en la telekinesia (la capacidad sosbrenatural de mover objetos). Esta clase de circulación celestial también se llama el Circuito Celestial Meridiano o Circuito Celestial de Cielo y Tierra. Sin embargo, su circulación todavía no puede alcanzar la meta de transformar el cuerpo. Es necesario que al mismo tiempo haya otro circuito celestial correspondiente, que se llama el Circuito Celestial *Mouyou*, cuya circulación es así: La energía sale del punto *Huiyin*[41] o del *Baihui*[42] y se mueve por el borde de la unión de los dos lados de *Yin* y *Yang*[43] del cuerpo, es decir, por los lados laterales del cuerpo.

La circulación del Circuito Celestial de Falun Gong es mucho más poderosa que la de los Ocho Meridianos referida en otros sistemas de cultivación comunes. Trae en circulación a todos los canales entrecruzados del cuerpo, requiriendo que todos se abran completamente y comiencen a funcionar al mismo tiempo. En nuestro sistema de Falun Gong, todo esto se efectúa de manera automática y no tienes que hacerlos deliberadamente o guiarlos con tus pensamientos. Si así lo haces te desviarás. Durante mis sesiones de lecturas, he implantado mecanismos de energía (*Qiji*) que circulan automáticamente alrededor de sus cuerpos. Los mecanismos de energía son algo especial para la cultivación de alto nivel y forman una parte de la práctica automática de nuestro sistema. Al igual que el Falun, los mecanismos giran también incesantemente, poniendo en circulación todos los canales de energía del cuerpo. Aunque no hayas practicado el Circuito Celestial, tus canales de energía realmente han sido puestos en circulación, y en lo profundo del interior y el exterior están circulando

---

[39] *Ren* y *Du*—el canal *Du*, o el "Vaso Gobernante," empieza en el perineo y viaja hacia arriba en la parte central de la espalda. El canal *Ren*, o el "Vaso Concepción," viaja hacia arriba desde el perineo a lo largo del centro de la parte delantera del cuerpo.

[40] ocho Extra Meridianos—en la medicina china, estos son meridianos que existen además de los doce Meridianos Básicos. La mayoría de los ocho Extra Meridianos intersectan con puntos de acupuntura de los doce Meridianos Básicos, y por lo tanto no son considerados meridianos independientes o principales.

[41] punto *Huiyin*—punto de acupuntura en el centro del perineo.

[42] punto *Baihui*—punto de acupuntura localizado en el tope de la cabeza.

[43] *Yin* y *Yang*—la Escuela Tao cree que todo contiene fuerzas opuestas de *Yin* y *Yang* que son mutuamente exclusivos, pero interdependientes, Ej. femenino (*Yin*) vs. masculino (*Yang*), frente del cuerpo (*Yin*) vs. parte posterior del cuerpo (*Yang*).

juntos. Nuestros ejercicios sirven para reforzar los mecanismos de energía que existen en el exterior de nuestros cuerpos.

3. Apertura de los Canales de Energía

El propósito de abrir los canales de energía es hacer que la energía circule de manera que la composición molecular de las células cambie, transformándolas en materia de alta energía. Los canales de energía de un no-practicante están obstruidos y son muy estrechos, pero los de un practicante se volverán gradualmente claros y abiertos. Los canales de un practicante bien cultivado se ensancharán y se volverán aún más anchos durante la cultivación en niveles más altos. Los canales de algunos son tan anchos como un dedo. Sin embargo, la apertura misma de los canales no representa el nivel de cultivación ni la altura del *Gong* de un practicante. Por medio de la práctica, los canales se harán más claros y más anchos hasta unirse como una sola pieza. Entonces esta persona no tendrá ni canales ni puntos de acupuntura en su cuerpo. En otras palabras, su cuerpo entero será canales y puntos de acupuntura. Aun este estado no significa que esta persona haya obtenido el Tao. Esto no es sino una manifestación de los niveles alcanzados en la cultivación de Falun Gong. Al llegar a esta etapa, el practicante completará la cultivación de la Ley Dentro del Mundo Triple. Al mismo tiempo, aparecerá un estado evidente en su apariencia exterior: Tres Flores se Juntan en el Tope de la Cabeza (*Sanhua Juding*). La columna de *Gong* del practicante será bastante alta y una gran cantidad de poderes sobrenaturales habrán sido desarrollados, los cuales, todas poseen formas y estructuras. Tres flores aparecerán sobre su cabeza, una de ellas se parece a la flor de loto y la otra al crisantemo. Las tres flores giran individualmente mientras que al mismo tiempo giran sobre sí. Cada flor tiene un pilar tan alto que llega al cielo. Los tres pilares también ruedan sobre sí mismos y giran en turno junto con las tres flores. El practicante sentirá mucha pesadez de su cabeza. Para entonces, él habrá completado tan sólo la última etapa en la cultivación de la Ley Dentro del Mundo Triple.

V. Intención-Mental

La intención-mental no se usa en la cultivación de Falun Gong. La intención-mental en sí misma no puede hacer nada, aunque sí puede dar órdenes. Lo que realmente funciona son las capacidades sobrenaturales, que tienen la función de pensar como entidades inteligentes y están al mando de los mensajes de la mente. Sin embargo, muchas personas, especialmente aquellas en los círculos de *Qigong*, tienen muchas interpretaciones sobre eso. Ellos creen que la intención-mental puede hacer muchas cosas. Algunos dicen que la intención-mental puede desarrollar capacidades sobrenaturales, abrir el Tercer Ojo, tratar enfermedades, trasladar objetos, etc... Este es un entendimiento erróneo. En niveles bajos, es decir, entre la gente común, la intención-mental da órdenes a los órganos sensoriales y a los cuatro miembros del cuerpo. En niveles altos, es decir, entre los practicantes, la intención-mental puede subir a un nivel más alto y dirigir las capacidades sobrenaturales para hacer cosas. Es decir, las capacidades sobrenaturales son controladas por la intención-mental. Esto es nuestro punto de vista sobre la intención-mental. A veces vemos a un maestro de *Qigong* dando tratamientos a otros. Antes de que el maestro mueva un dedo, el paciente dice que ya está bien y piensa que la curación fue hecha por medio de la intención-mental del maestro. En realidad, el maestro emite una clase de capacidad sobrenatural, la cual sirve para tratar enfermedades o hacer otras cosas. Debido a que las capacidades sobrenaturales existen en otra dimensión, la gente común no puede verlas con sus ojos, y considera por equivocación que la intención-mental hizo la curación. Algunos creen que la intención-mental puede curar enfermedades, y como resultado ha confundido a la gente. Hay que aclarar este punto.

El pensamiento humano es una clase de mensaje, una clase de energía y una forma de existencia material. Cuando uno está pensando, una vibración se produce en el cerebro. A veces, salmodiar mantras es bastante efectivo. ¿Por qué? Porque el universo tiene su propia frecuencia de vibración. Cuando la vibración del mantra salmodiado por ti tiene la misma frecuencia que la del universo, aquello puede producir un efecto. Por supuesto, sólo un mantra con mensaje benigno puede desempeñar un papel positivo, porque no se permite la existencia de cosas perversas en el cosmos. La intención-mental es también un modo específico de pensar. El Cuerpo Ley de un gran maestro de *Qigong* en un nivel alto está controlado y dirigido por el propio pensamiento del maestro. El Cuerpo Ley también tiene su propio pensamiento y capacidad para tratar problemas y hacer cosas independientemente. Él mismo es un ser independiente en pleno sentido. Mientras tanto, el Cuerpo Ley puede saber lo que piensa el cuerpo principal del maestro de *Qigong* y hará cosas de acuerdo con los pensamientos del maestro. Por ejemplo, cuando el maestro de *Qigong* quiera curar a un enfermo, el Cuerpo Ley irá a hacerlo. Sin ese pensamiento emitido por el maestro, no irá. Cuando vea algo muy bueno para hacer, él lo hará con su propia iniciativa. Antes de obtener la Iluminación, un gran maestro aún no sabe algunas cosas, pero su Cuerpo Ley ya las conoce.

Otra implicación de la intención-mental se llama inspiración. La inspiración no viene de la Consciencia Principal. El conocimiento de la Consciencia Principal es muy limitado. Uno no puede depender sólo de su Consciencia Principal para inventar algo nuevo en la sociedad. La inspiración viene de la Consciencia Asistente. Cuando alguien se cansa de pensar y no puede lograr efecto en su creación literaria o en su

investigación científica, toma un rato de descanso y sale afuera para dar un paseo. De repente, él obtiene sin intención la inspiración. Enseguida escribe algo rápidamente y así sale la creación. Eso se debe a que cuando la Consciencia Principal es muy fuerte, su cerebro está controlado por ella y no le sale la idea, a pesar de sus esfuerzos. Una vez que la Consciencia Principal se relaja, la Consciencia Asistente empieza a funcionar y domina al cerebro. La Consciencia Asistente puede crear nuevas cosas, ya que existe en otra dimensión y no está sujeta a esta dimensión. Sin embargo, la Consciencia Asistente no puede ir más allá de eso. No le está permitido interferir en el estado de la sociedad de la gente común o afectar el proceso del desarrollo social.

La inspiración proviene de dos fuentes: En un caso, esta es ofrecida por la Consciencia Asistente. La Consciencia Asistente no está perdida en este mundo y puede producir la inspiración. En otro caso, ella procede del mando o de la guía de los seres superiores de altos niveles. Con la guía de seres superiores, las mentes de la gente se abren y son capaces de crear cosas extraordinarias. La sociedad entera y el universo se desarrollan de acuerdo con sus leyes específicas. Nada es accidental.

VI. Niveles de Cultivación de Falun Gong

1. Alto Nivel de Cultivación

Ya que Falun Gong se cultiva en un nivel muy alto, el *Gong* viene con extremada rapidez. El Gran Tao es muy simple y fácil de aprender. Desde el punto de vista macroscópico, los movimientos del sistema de Falun Gong son pocos, pero controlan todas las partes del cuerpo y muchas cosas que van a desarrollarse. Siempre y cuando tu *Xinxing* sea bueno, tu *Gong* crecerá muy rápidamente. No tendrás que hacer esfuerzos llenos de intención, ni recurrir a algunos métodos tales como "colocar un crisol en un horno para hacer el elíxir de la inmortalidad con el debido fuego y las debidas substancias medicinales recogidas." Depender de la intención-mental para conducir la práctica puede causar muchas complicaciones y propiciar la desviación. Aquí les ofrecemos la vía de cultivación más conveniente, la mejor vía, pero también la más difícil. Para llegar al estado de "Cuerpo Blanco Como Leche", un practicante de otro sistema tiene que cultivarse por más de diez años o decenas de años para hacer que su cuerpo llegue a un estado de "Cuerpo Blanco Como Leche." Sin embargo, te llevaremos a este estado inmediatamente. Esta etapa podrá pasar aún antes de darte cuenta. Quizás sólo dure unas horas. Habrá un día en que te sentirás muy sensible, pero después de un rato ya no te sentirás así. En realidad, esto significa que ya has entrado a un nivel de cultivación más elevado.

2. Manifestaciones de *Gong*

Después de que los estudiantes de Falun Gong pasen por el ajuste del cuerpo físico, alcanzarán a un estado apropiado para la cultivación de Dafa.[44] Este es el estado de "Cuerpo Blanco Como Leche." El *Gong* será desarrollado solamente después que el cuerpo alcance este estado. Una persona con su Tercer Ojo abierto en un plano alto puede ver que el *Gong* aparece justamente en la epidermis del practicante y luego se dirige al interior del cuerpo. Este proceso de generación y absorpción del *Gong* sigue repitiéndose, pasando de un nivel a otro, a veces muy rápidamente. Esto es la primera etapa del desarrollo del *Gong*. Después de esto, el cuerpo del practicante ya no es un cuerpo corriente. Un practicante nunca padecerá de enfermedades después de alcanzar el estado de "Cuerpo Blanco Como Leche." Si él aún tiene dolores aquí o allá, o indisposición en cierta parte del cuerpo, no es enfermedad, aunque pueda parecer como si estuviera enfermo. Esto es causado por el karma. En la segunda etapa del desarrollo del *Gong*, las entidades inteligentes de uno se habrán vuelto bastante grandes y pueden moverse y hablar. A veces son producidas escasamente y a veces, en gran densidad. Ellas también pueden conversar entre sí. Hay una gran cantidad de energía almacenada en aquellas entidades inteligentes, y se usa para cambiar el cuerpo propio.

Después de alcanzar un nivel muy alto en la cultivación de Falun Gong, los Bebés Sutiles (*Yinghai*) a veces aparecen por todo el cuerpo del practicante. Son muy traviesos, juguetones y muy bondadosos. El practicante también puede desarrollar otra clase de cuerpo que se llama el Infante Inmortal (*Yuanying*). Éste se sienta en un trono de lotos, que es muy bonito. El Infante Inmortal desarrollado en la cultivación es el producto de la combinación del *Yin* y *Yang* del cuerpo humano. Los practicantes de ambos sexos pueden desarrollarlo por medio de la cultivación. Al comienzo, el Infante es muy pequeño. Crece gradualmente y al final se vuelve tan grande como el mismo practicante. Él tiene la misma apariencia que el practicante y está justamente dentro de su cuerpo. Una persona con capacidades sobrenaturales puede ver que el practicante tiene dos cuerpos. En realidad, esta persona ha tenido éxito en cultivar su cuerpo verdadero. Además, el practicante desarrollará muchos Cuerpos Ley. A fin de cuentas, todas las capacidades sobrenaturales que pueden ser desarrolladas en el universo o en otros sistemas de cultivación, pueden ser desarrolladas en la cultivación de Falun Gong.

[44] Dafa—"La Gran Vía," o "La Gran Ley"; nombre corto para Falun Dafa; "La Gran Vía (de cultivación) de la Rueda de la Ley."

3. Cultivación de la Ley Fuera del Mundo Triple

Por medio de la práctica, los canales de energía de un practicante se harán cada vez más anchos hasta unirse como una sola pieza, lo que quiere decir que ya no hay canales ni puntos de acupuntura en su cuerpo. Es decir, hay canales y puntos de acupuntura por todo el cuerpo. Esto todavía no significa que él haya obtenido el Tao; sólo es una manifestación durante el curso de la cultivación de Falun Gong y la indicación de un cierto nivel. Cuando llegue a esta etapa, el practicante habrá completado su cultivación de la Ley Dentro del Mundo Triple. El *Gong* que ha desarrollado será muy poderoso y habrá terminado de tomar forma. Además, su Pilar *Gong* será muy alto y las tres flores aparecerán sobre el tope de su cabeza. Para ese entonces, él habrá finalizado solamente la última etapa en la cultivación de la Ley Dentro del Mundo Triple.

Cuando él dé un paso más adelante, no le quedará nada. Todas las capacidades sobrenaturales serán retractadas dentro de la dimensión más profunda de su cuerpo. Entonces él entrará al estado de "Cuerpo Blanco Puro", en donde su cuerpo se volverá transparente. Dando otro paso más adelante, él entrará en la cultivación de la Ley Fuera del Mundo Triple, que se llama también la cultivación del Cuerpo Buda. Las capacidades sobrenaturales desarrolladas en esta etapa pertencen a la categoría de poderes divinos. Para entonces, el practicante será infinitamente poderoso. Al alcanzar reinos más altos, se cultivará hasta volverse un gran ser iluminado y no conocerá fronteras. Todo esto depende de cómo cultivas tu *Xinxing*. El nivel al que te cultives será tu Estado de Logro. Los practicantes que tienen altas aspiraciones podrán encontrar una Ley Ortodoxa y completar el Fruto Verdadero; esto es la Consumación.

CAPÍTULO III

CULTIVACIÓN DEL XINXING

Los practicantes de Falun Gong deben dar prioridad a la cultivación del *Xinxing* y creer firmemente que el *Xinxing* es la clave para desarrollar *Gong*. Este es el principio que gobierna la cultivación de alto nivel. Hablando estrictamente, la Potencia de Energía que determina el nivel de cultivación no es desarrollada por medio de ejercicios externos sino a través de la cultivación de *Xinxing*. Hablar sobre el mejoramiento del *Xinxing* es fácil, pero ponerlo en práctica es sumamente difícil. Al cultivador se le requiere que haga grandes sacrificios, eleve su cualidad de entendimiento, sufra las grandes penas y aguante lo que es inaguantable. ¿Por qué algunos no han incrementado el *Gong* después de muchos años de práctica? Las causas fundamentales son: Primero, no han prestado atención a la cultivación de *Xinxing*; segundo, no han podido obtener una Ley Ortodoxa de alto nivel. Hay que aclarar este problema. Muchos maestros de *Qigong* enseñan su vía de cultivación poniendo énfasis en la cultivación de *Xinxing*; lo que ellos enseñan es genuino. Aquellos quienes enseñan sólo movimientos y habilidades sin hablar sobre el *Xinxing*, de hecho enseñan vías perversas. Por eso, un practicante debe hacer gran esfuerzo por elevar su *Xinxing* antes de poder cultivarse a un nivel superior.

I. Intención del *Xinxing*

En Falun Gong, el *Xinxing* significa más de lo que abarca la "virtud" (*De*). También cubre una esfera más amplia de lo que denota la virtud. El *Xinxing* comprende muchos aspectos, incluyendo el de la virtud. La virtud, solamente es una manifestación del *Xinxing* de la persona, así que no es suficiente entender el contenido del *Xinxing* solamente como virtud. El *Xinxing* incluye cómo tratar con dos asuntos, el de ganar y perder. "Ganar" significa el ganar asimilación con las cualidades cósmicas. Las cualidades cósmicas son *Zhen-Shan-Ren* (Verdad-Compasión-Tolerancia). La asimilación a las cualidades cósmicas de un practicante se refleja en la expresión de sus virtudes. La "pérdida" significa renunciar a todos los pensamientos negativos y conductas inmorales, tales como: Codicia, lucro, lujuria, deseo, matanza, pelea, robo, saqueo, maña, celos, envidia, etc. Si uno desea cultivarse a altos niveles, tiene que renunciar a su obsesión de deseos, algo inherente en los humanos. Es decir, uno tiene que dejar todos sus apegos y considerar muy ligeros e insignificantes los intereses personales de fama y fortuna.

Un ser humano integrado está formado de cuerpo físico y carácter. El cosmos también es así. Además de su composición material, también existe simultáneamente con su naturaleza fundamental, *Zhen-Shan-Ren*. Cada partícula del aire contiene estas cualidades. El reflejo de estas cualidades en la sociedad humana es: hechos buenos son recompensados mientras que hechos malos sufren castigo. En un alto nivel de cultivación también encuentran expresión en forma de capacidades sobrenaturales. Aquellos quienes se acoplan a esas cualidades son buenas personas; aquellos que se alejan de ellas son gente mala; y aquellos que se asimilan a ellas son los que logran obtener el Tao. Por consiguiente, para asimilarse a estas cualidades, se requiere que los practicantes tengan un *Xinxing* sumamente bueno. Sólo de esta forma puede uno cultivarse a altos niveles.

El ser una persona buena es relativamente fácil, pero la cultivación del *Xinxing* no es tan fácil; un cultivador debe prepararse mentalmente. La sinceridad es un requisito previo si quieres rectificar tu corazón. Viviendo en el mundo donde la sociedad es complicada, tú quieres hacer buenos actos, pero alguien vendrá a impedírtelo; no quieres hacerles daño a otros, pero otros podrán hacerte daño por varias razones, a veces por razones sobrenaturales. ¿Puedes comprender el por qué? ¿Q ué deberías hacer? Todo lo correcto y lo erróneo en este mundo siempre están probando tu *Xinxing*. Por ejemplo: Cuando sufras una humillación indescriptible, cuando perjudiquen tus intereses personales, cuando te pongan ante el dinero o las mujeres atractivas, cuando te envuelvas en una lucha de poder, cuando te rodeen en conspiración, envidia y odio, cuando tengas cantidad de disgustos en la vida social o problemas familiares, cuando sufras toda clase de penas, ¿podrás conducirte siempre siguiendo los estrictos requisitos del *Xinxing*? Por supuesto, si hubieras podido cumplir todos estos requisitos, ya serías un ser iluminado. Cuando empiezan su cultivación, la mayoría de los practicantes son personas comunes y su *Xinxing* sólo puede ser mejorado poco a poco. Los cultivadores con altas aspiraciones obtendrán eventualmente el Fruto Verdadero si están dispuestos a soportar grandes sufrimientos y superar dificultades con una mente firme. ¡Espero que todos nuestros practicantes observen estrictamente su *Xinxing* para así poder fortalecer su Potencia de Energía cuanto antes!

II. Pérdida y Ganancia

En el *Qigong* y los círculos religiosos, las personas suelen hablar sobre "pérdida" y "ganancia." Algunos creen que "perder" se refiere a dar limosna, hacer algunas cosas buenas o darle la mano a alguien en dificultad, y que "ganar" significa obtener *Gong*. Los monjes en los templos también dicen que uno debe dar limosna. Este concepto es demasiado estrecho para entender la pérdida. La pérdida a la que nos referimos tiene un sentido más amplio; es algo a una escala más grande. Lo que te requerimos es que renuncies al corazón de una persona común, a esos apegos que sostienes y no puedes dejar. Si puedes dejar lo que consideras importante o indispensable, esa es la pérdida verdadera. Ayudar a otros a hacer algunas cosas buenas o expresarles compasión es sólo una parte de la pérdida.

Una persona común desea ganar fama, fortuna y vivir una vida mejor, más cómoda y más rica. Esta es la meta de una persona común. Pero nosotros los practicantes somos diferentes a la gente común. En vez de esas cosas, lo que queremos ganar es la *Gong*. Debemos hacer un sacrificio de intereses personales y considerarlos insignificantes. Sin embargo, no se requiere que pierdas realmente nada. Como hacemos la cultivación en la sociedad humana común, debemos vivir como la gente común. El punto clave es que debes dejar esos apegos; no se te requiere perder realmente nada. No perderás lo que es tuyo, ni tampoco obtendrás lo que no es tuyo. Aunque lo hayas logrado, has de devolverlo a su dueño, porque el que gana ha de perder. Por supuesto, te es imposible hacer todo muy bien de una sola vez. Tampoco podrás convertirte en un ser iluminado de la noche a la mañana. Sin embargo, cultivándote poco a poco y mejorándote paso a paso, es posible lograrlo. Ganarás tanto como puedas perder. Debes siempre de considerar ligeramente tus intereses personales y preferir ganar menos, así te sentirás más a gusto. Probablemente sufrirás pérdidas materiales, pero ganarás más en virtud y en *Gong*. Así es como esto funciona. Sin embargo, esto no significa que debes cambiar intencionalmente tu fama, ganancia y riquezas por la virtud. Esto requiere que uno despierte al entendimiento de ello.

Un cultivador del Gran Tao dijo una vez: "Yo no deseo lo que otros desean, y no tengo lo que otros tienen. Pero tengo lo que otros no tienen, y deseo lo que otros no desean." A una persona común le es difícil satisfacerse. Este tipo de persona quiere todas las cosas excepto las piedras en el suelo que no recoge. Pero este cultivador taoísta dijo: "Entonces, recogeré aquellas piedras." Como dice un proverbio, "Lo raro se hace valioso, y lo escaso se vuelve extraordinario." Puede que una piedra no valga nada en este mundo, pero es la cosa más valiosa en otro mundo. Aquí se revela una filosofía que está fuera del entendimiento de la gente común. Muchos maestros iluminados de alto nivel con grandes virtudes no poseen nada material. Para ellos no hay nada a lo que no puedan renunciar.

El sendero de la cultivación es el más correcto y los cultivadores son las personas más sabias. Lo que la gente común disputa o el pequeño beneficio que quieren ganar es transitorio. Aunque hayas logrado lo que has disputado, encontrado un provecho o conseguido un pequeño beneficio, ¿de qué te servirá? Hay un dicho popular que dice: "De nacimiento no puedes traer nada contigo, y nada podrás llevarte al morir." Cuando viniste a este mundo no trajiste nada, y no te llevarás nada al marcharte de él; incluso tus huesos serán quemados convirtiéndose en cenizas. Aunque seas un millonario o un oficial de alto rango, no podrás llevarte nada cuando mueras. Pero debido a que el *Gong* que crece en el cuerpo de tu Conciencia Principal, puede ser llevado. Te digo que esta energía es difícil de acumular. Es muy valiosa y muy difícil de obtener, no es canjeable ni incluso por millares de piezas de oro. Cuando tu *Gong* crezca muy alto, si acaso un día decides dejar de hacer la cultivación, con tal de que no hagas cosas malas, podrá transformarse en cualquier cosa material que desees; podrás tenerlo todo. Pero ya no podrás tener lo que un cultivador posee. En su lugar, solamente tendrás las cosas que uno puede adquirir en este mundo.

Por intereses personales, algunos han obtenido por medios injustos cosas que no les pertenecían y creen que han obtenido ventajas. La verdad es que ellos han obtenido esos beneficios por medio de intercambiar sus virtudes con otros; es simplemente que ellos mismos no lo saben. Para un practicante que ha hecho eso, se le reducirá su *Gong*, mientras que a un no-practicante se le reducirá la vida u otras cosas. En otras palabras, esta cuenta tiene que ser liquidada tarde o temprano. Este es el principio celestial. Hay algunos que siempre maltratan a otros y los insultan con palabras injuriosas, etc. Con estas acciones, ellos dan una parte de su virtud a otros para compensarles la humillación que les han infringido.

Algunos creen que el hacerse un hombre bueno es desventajoso. A juicio de la gente común, un hombre bueno sufre pérdidas. Pero él obtiene lo que una persona común no puede ganar. Aquello es la virtud, una substancia blanca que es algo extremadamente valioso. Sin virtud uno no puede tener *Gong*; esto es una verdad absoluta. ¿Por qué es que muchos practican pero el *Gong* no se desarrolla? Porque ellos no cultivan bien las virtudes. Muchos hablan sobre las virtudes y requieren la cultivación de la virtud, pero nadie ha explicado cómo es que la virtud se transforma en *Gong*. Esto puede ser percibido sólo por los practicantes de avanzado entendimiento. La *Tripitaka*, que consiste en unos diez mil volúmenes, y el Dharma enseñado por Sakyamuni durante los 40 años de su vida exponen la virtud. Todos los libros clásicos chinos de cultivación del Tao hablan de la virtud. Las 5.000 palabras escritas por Lao Zi en su libro *Tao Te Ching* también se refieren a la virtud (*De*). Sin embargo, todavía hay algunas personas que no entienden qué es la virtud.

Hablamos sobre la "pérdida." Cuando ganas, tienes que perder. Te encontrarás con algunas tribulaciones cuando realmente quieras cultivarte. Cuando se manifiestan en tu vida, podrás sufrir algo o aquí y allá en tu cuerpo te sentirás indispuesto; pero esto no es una enfermedad. Las dificultades también podrán manifestarse en la sociedad, en la familia o en la oficina; todo es posible. De repente, podrás estar involucrado en un conflicto de intereses o en una fricción emocional. El propósito de estas pruebas es para elevar tu *Xinxing*. Frecuentemente tales cosas vienen súbitamente y parecen muy intensas. Si encuentras una molestia que te pone en grandes aprietos y te avergüenza, entonces ¿cómo lo manejarás? Si puedes mantenerte sereno ante esto, tu *Xinxing* mejorará en la tribulación y tu *Gong* crecerá correspondientemente. Si puedes lograr un poco, ganarás un poco. Ganas tanto como puedas perder. Típicamente, cuando estamos en medio de una tribulación suele ser difícil darse cuenta, pero tenemos que intentar entenderlo. No debemos actuar como la gente común. Cuando aparece un conflicto, debemos ser pacientes y tolerantes. Hacemos la cultivación entre la gente común y así también hemos de afinar nuestro *Xinxing* entre la gente común. Seguramente cometeremos algunos errores de los cuales obtendremos lecciones útiles. Es imposible incrementar tu *Gong* cómodamente sin encontrar ninguna dificultad.

III. Cultivación Integrada de "*Zhen-Shan-Ren*"

Nuestra Escuela se dedica a la cultivación integrada de "*Zhen-Shan-Ren*" (Verdad-Compasión-Tolerancia). "*Zhen*" es decir la verdad, comportarse de una forma verdadera, regresar al ser original y verdadero, y finalmente volverse una persona verdadera. "*Shan*" significa engendrar la compasión, hacer cosas buenas y salvar a otros. "*Ren*" se enfatiza especialmente. Solamente a través del *Ren*, un practicante puede obtener altas virtudes en su cultivación. El *Ren* es un algo muy poderoso, más poderoso que el *Zhen* y el *Shan*. Durante todo el proceso de cultivación, se requiere que tengas *Ren*, mantengas bien tu *Xinxing* y no actúes inconsideradamente.

Cuando encuentres alguna dificultad, no te es fácil practicar la tolerancia. Alguien dice: "Si no devuelves el golpe después de ser golpeado, ni devuelves la injuria después de ser injuriado, e incluso al encontrar situaciones embarazosas delante de tus amigos o parientes, ¿acaso no te pareces a Ah Q (un personaje tonto en un cuento chino)?" En mi opinión, si eres normal en todos los aspectos y tienes inteligencia no menos que los demás, nadie dirá que eres tonto tan sólo porque tomas ligeramente tus intereses personales. Si uno es capaz de practicar la tolerancia, eso no significa que eres cobarde ni que te pareces a Ah Q, sino que es una manifestación de tu firme voluntad y autodominio. En la historia china, había un hombre llamado Han Xin[45] quien sufrió una vez la humillación de arrastrarse por las entrepiernas de un matón. Esto es un acto de gran tolerancia. Hay un dicho antiguo: "Al ser humillado, un hombre ignorante desenvaina su espada para luchar." Cuando una persona común sufre humillación, también desenvainará su espada para luchar, abrirá la boca para insultar o levantará su puño para golpear a otro. A uno no le es fácil venir a este mundo y vivir una vida. Sin embargo, algunos viven sólo para defender su orgullo; eso no vale la pena en absoluto, es muy cansado e insignificante. Hay un dicho chino: "Si retrocedes un paso atrás, encontrarás que el mar y el cielo son ilimitados." Si retrocedes un paso atrás cuando tropiezas con una dificultad, encontrarás otra situación diferente.

[45] Han Xin—El general principal de Liu Bang en la Dinastía Han (206 a.C.-23 d.C.).

Como cultivador no sólo debes ser tolerante y paciente y tener una actitud noble hacia el que te ha contradicho y te ha humillado de frente, sino que incluso debes agradecerle. Si él no te hubiera contradicho, ¿cómo podrías elevar tu *Xinxing*? ¿Cómo podrías incrementar tu *Gong* y transformar la substancia negra a la substancia blanca sin sufrir dificultades? Te es muy difícil cuando estás en medio de una tribulación, pero haz de contenerte en ese momento. Las tribulaciones se irán haciendo más fuertes mediante el crecimiento de tu Potencia de Energía. Las tribulaciones van a probar si puedes elevar tu *Xinxing* o no. Al comienzo, probablemente te ofenderás y te enfadarás, tanto que te sentirás muy incómodo y dolorido. Te puede doler el hígado, estómago o cualquier parte de tu cuerpo. Sin embargo, no te arrebataste de ira y pudiste controlarte. Esto es bueno, porque ya comienzas a aguantar y a ejercer intencionalmente el *Ren*. De esta manera, gradualmente y continuamente mejorarás tu *Xinxing*, tomando de verdad estos asuntos con ligereza; eso es un progreso aún mayor. Una persona común toma algunas fricciones y pequeñeces muy seriamente. Esta persona vive sólo por su dignidad y no puede tolerar nada. Cuando sea molestado severamente, estará dispuesto hacer cualquier cosa. Pero como cultivador, debes tomar lo que otros consideran muy importante como muy, muy insignificante, hasta demasiado insignificante, porque tienes una meta altísima a largo plazo, de vivir tan largo como el universo. Por eso, si piensas de nuevo sobre esas cosas, encontrarás que son insignificantes. Si aprecias aspiraciones elevadas, puedes abandonar todas esas cosas.

IV. Abandonando la Envidia

La envidia es un obstáculo tremendo en la cultivación y afecta enormemente a los practicantes. Afecta directamente la Potencia de Energía de un practicante, hace daño a sus compañeros de cultivación e interfiere seriamente en nuestra cultivación hacia altos niveles. Un practicante debe eliminar su envidia ciento por ciento. Algunos aún no han abandonado la envidia a pesar de haber llegado a cierto nivel. Además, cuanto más difícil les es abandonarla, tanto más fuerte se volverá. Esta reacción hace que los otros aspectos ya mejorados de su *Xinxing* se vuelvan frágiles. ¿Por qué escogí el problema de la envidia para exponerlo aparte? Porque la envidia es la característica que más predominante y la más fuerte entre la gente china, ocupando el primer lugar en sus mentes. Sin embargo, muchos chinos no son conscientes de ello. La envidia es una característica del Este, y se llama la Envidia Oriental o la Envidia Asiática. Los chinos son bastante introvertidos, reservados y no se expresan abiertamente. Todo esto les produce fácilmente la envidia. Todas las cosas tienen dos lados. Por consiguiente, el temperamento introvertido tiene su aspecto positivo y negativo. Los occidentales son relativamente extrovertidos. Por ejemplo, si un niño gana 100 puntos en un examen escolar, correrá jubilosamente de la escuela a casa gritando: "He ganado 100 puntos..." Sus vecinos abrirán sus puertas o ventanas para felicitarle: "Tom, ¡Felicitaciones!" Si esto ocurriera en China, la gente sentiría antipatía al oirlo y su respuesta sería completamente diferente: "Sólo 100 puntos. ¡Qué más tienes para presumir!" Esto es una mentalidad de envidia.

Un envidioso menosprecia a otros y no permite que otros le superen. Cuando ve que alguien es más capaz que él, perderá el equilibrio psicológico, lo encontrará insoportable y no se conformará con su inferioridad. Él quiere que le aumenten el salario cuando a otros se lo aumentan, recibir la misma bonificación, y si se cayera el cielo, que todos lo sostuvieran por igual. Cuando ve que otros han ganado más dinero, tendrá los ojos enrojecidos. En otras palabras, él no soportará ser superado por otros. Algunos tienen miedo de aceptar una bonificación cuando han logrado frutos en la investigación científica por temor a que otros los envidien. Algunas personas que han recibido ciertos premios o títulos de honor no se atreven a decirlo por temor a que les envidien y al sarcasmo. Algunos maestros de *Qigong* no aguantan ver a otros maestros enseñando, así que les causan problemas. Esto ya es un problema de *Xinxing*. Supongamos que en un grupo de *Qigong* que hace juntos los ejercicios, algunos de los que han practicado poco tiempo son los primeros en desarrollar capacidades sobrenaturales. Hay quienes dirían: "¿Qué tiene él para presumir? Yo he practicado por muchos años y he obtenido un montón de certificados de graduación. ¿Cómo pudo él haber desarrollado capacidades sobrenaturales, mientras que yo no las he obtenido todavía?" Así su envidia sube. Un cultivador debe mirar dentro de sí mismo para encontrar la causa del problema. Debe cultivarse a sí mismo aún más, reconocer sus propios defectos y tratar de mejorarlos. Sin embargo, la gente suele buscar la causa fuera de sí mismo. Si miras con envidia a otros durante conflictos, otros subirán y tendrán éxito en la cultivación, mientras que tú serás el único que quedará aquí. ¿Acaso no habrás desperdiciado tu tiempo? ¡La cultivación depende de uno mismo!

La envidia también puede dañar a los compañeros practicantes. Por ejemplo, alguien pudiera decir palabras desagradables, haciendo que otros no puedan entrar en el estado de tranquilidad. Si este tipo de persona posee capacidades sobrenaturales, debido a su envidia, puede que las use para hacer daño a sus compañeros practicantes. Por ejemplo, una vez hubo un maestro muy bien cultivado que estaba sentado en práctica. Como poseía *Gong*, parecía una gran montaña. Entonces, dos seres vinieron flotando hacia él. Uno de ellos había sido un monje, pero debido a su envidia, no había obtenido la Iluminación; aunque poseía cierta Potencia de Energía, no había alcanzado la Consumación. Al llegar al lado de la persona que estaba meditando, uno de ellos dijo: "Este fulano de tal está practicando aquí. ¡Démosle un rodeo para pasarle!" Pero el otro dijo, "Una vez yo recuerdo que corté una esquina de la montaña Taishan con un sólo golpe de mi palma." Luego levantó

su palma para golpear al cultivador, pero encontró que no pudo bajar su mano levantada. Esto es debido a que el practicante estaba cultivando una Ley Ortodoxa y tenía una campana de protección. Por eso, le era imposible golpear al cultivador. Él intentó dañar a alguien que cultiva una Ley Ortodoxa, lo que ya es un problema grave. Así que fue castigado. Una persona envidiosa no sólo hace daño a otros sino también se hace daño a sí mismo.

V. Abandonando Apegos

El "tener apegos" se refiere a que un practicante insiste muy tenazmente en algo o cierta meta que no quiere dejar y es incapaz de liberarse de ello e incluso demasiado terco para seguir ningún consejo. Algunos buscan capacidades sobrenaturales en este mundo, lo que afectará indudablemente su cultivación hacia niveles más altos. Cuanto más se obsesiona en la búsqueda, tanto más difícil es abandonarla. Su mente se volverá cada vez más inestable y desequilibrada. Como consecuencia, él pensará que no ha obtenido nada y hasta pondrá en duda lo que ha estado aprendiendo. Los apegos se originan de los deseos. La característica de los apegos es que sus metas y propósitos obviamente son limitados, soliendo ser demasiado definidos y concretos, y frecuentemente el practicante mismo no tiene consciencia de ello. Una persona común tiene muchos apegos. Puede que él busque algo o trate de alcanzar su propósito por todos los medios, ya sean justos o engañosos. Los apegos de un practicante se manifiestan de muchos modos. Por ejemplo, él pudiera buscar cierta capacidad sobrenatural, recrease viendo algunas escenas o sentirse orgulloso al presumir, etc. Es erróneo que un practicante persiga algo, sin importar lo que sea; hay que renunciar a la búsqueda. La Escuela Tao enseña la "Nada", y la Escuela Buda enseña el "Vacío" y cómo entrar por la puerta del "Vacío." En última instancia alcanzaremos el estado de la Nada y el Vacío, eliminando todos nuestros apegos. Cualquier cosa a la que no puedas renunciar tiene que ser abandonada. La búsqueda de capacidades sobrenaturales es un ejemplo: Si las buscas significa que las quieres usar. En realidad, eso va en contra de las cualidades cósmicas. En efecto, esto es un problema de *Xinxing*. Deseas lograr capacidades sobrenaturales porque quieres presumir de ellas ante otros. Pero esas capacidades no son cosas para exhibir ante otros. Incluso si tú propósito de usarlas es inocente y sólo quieres usarlas para hacer algo bueno, los buenos actos que has hecho puede que no resulten ser tan buenos. No es necesariamente una buena idea tratar los asuntos de la gente común con medios sobrenaturales. Después de oírme decir que el setenta por ciento de los alumnos en mi sesión de lecturas han abierto su Tercer Ojo, algunos empiezan a pensar, "¿Por qué no lo siento así?" Al regresar a casa, empiezan a practicar, concentrando la atención en su Tercer Ojo; incluso hasta el punto de dolerles de cabeza. Pero aún no pueden ver nada. Esto es un apego. Cada individuo difiere en constitución física y cualidades innatas. Por eso, es imposible que todos abran su Tercer Ojo al mismo tiempo y a un mismo nivel. Algunos ya pueden ver con su Tercer Ojo, mientras que otros no. Esto es normal.

Los apegos pueden causar el estancamiento y vacilación en la Potencia de Energía de un practicante. En los casos más graves pueden incluso causar que el practicante tome una vía desviada. En particular, ciertas capacidades sobrenaturales pueden ser usadas por personas de *Xinxing* inferior para hacer cosas malas. Incluso, ha habido casos donde algunos que no mantienen firmemente su *Xinxing*, usan capacidades sobrenaturales para cometer maldades. Una vez un estudiante universitario desarrolló la capacidad del control mental. Con esto él pudo usar sus propios pensamientos para controlar las mentes y acciones de otros, y lo usó para hacer cosas malas. Algunos practicantes ven algunas escenas durante su práctica, y siempre desean averiguar qué son esas escenas y cómo aparecen. Esto también es una forma de apego. Para algunos cierta afición puede volverse una adicción y no pueden dejarlo. Esto también es un apego. Debido a diferencias en cualidades innatas y propósitos, algunos hacen la práctica para llegar al nivel más alto en la cultivación, mientras que otros la hacen para lograr ciertas cosas. La mentalidad del último lógicamente produce una limitación en la meta de su cultivación. Si ellos no eliminan tales apegos, no podrán incrementar su *Gong* aunque hagan la práctica continuamente. Por eso, un practicante debe considerar muy, muy ligeros todos los intereses materiales, no debe buscar nada, y dejar que todo siga su curso natural. Sólo haciéndolo así, podrá librarse de sus apegos. Sea que pueda lograrlo depende del *Xinxing* del practicante. Si un practicante no mejora fundamentalmente su *Xinxing* ni elimina cabalmente sus apegos, no podrá obtener la perfección en la cultivación.

VI. Karma

1. Acumulación de Karma

El karma es una clase de substancia negra que es lo opuesto a la virtud. En el Budismo, se llama karma de pecado, mientras que aquí lo llamamos karma. Por eso, hacer algo malo produce una deuda kármica. El karma o deuda kármica se engendra debido a los errores cometidos por uno en esta vida o en vidas anteriores. Por ejemplo, el matar, maltratar a otros, rivalizar por conseguir beneficios ajenos, maldecir a algunos a sus espaldas, tomar una actitud no amistosa hacia otros, etc., todos pueden producir karma. Además, hay cierto karma que es transferido de nuestros antepasados y buenos amigos. Al mismo tiempo que uno golpea a otro con el puño, tira la substancia blanca a su adversario. El pedazo de substancia blanca que pierde de su cuerpo

es reemplazado por la substancia negra. Matar es la maldad más grave; es un crimen que acumula mucha deuda kármica. El karma es la raíz de todas las enfermedades. Por supuesto, este no se manifiesta necesariamente como una enfermedad. Puede traerte dificultades, que significa que el karma está en función. Por eso, un practicante nunca debe hacer cosas malas. Cualquier comportamiento malo puede engendrar mensajes malignos que afectarán seriamente tu cultivación.

Algunos abogan por recoger el *Qi* de las plantas y enseñan a sus discípulos cómo hacerlo en las clases de *Qigong*. Ellos hablan con mucho deleite sobre qué clase de árboles poseen buen *Qi* y qué color de *Qi* tiene cada clase de árbol. En un parque del Nordeste de China, una vez vimos a algunos revolcándose por todas partes del suelo. Después de levantarse, dieron vueltas alrededor de los pinos recogiendo el *Qi* de estos. No sabemos qué clase de *Qigong* practicaban. La arboleda de pinos se marchitó y en seis meses se volvió amarilla. Este es un acto que acumula karma. ¡También era destruir vidas! Ya sea hablando desde el punto de vista de la forestación nacional, del mantenimiento del equilibrio ecológico, o del nivel alto de cultivación, recoger el *Qi* de las plantas no es un hecho bueno. En todas partes de este universo inmenso e ilimitado, hay *Qi* que puedes recoger, y puedes absorber tanto como quieras. ¿Por qué abusar deliberadamente de las plantas? Cómo cultivador, ¿dónde manifiestas tu misericordia?

Todas las cosas poseen inteligencia. La ciencia moderna reconoce que las plantas no sólo tienen vida sino también pensamientos, emociones e incluso la capacidad sobrenatural de la telepatía. Cuando tu Tercer Ojo llegue al nivel de la visión del Ojo de la Ley, encontrarás un mundo muy diferente. Al salir de casa, las piedras, muros y árboles hablarán contigo. Cualquier objeto tiene un ser viviente que ha entrado al objeto en el momento de su formación. Son los seres humanos en nuestra Tierra los que han dividido las substancias en orgánicas e inorgánicas. Un monje en el templo se sentirá apenado cuando rompa un tazón porque una vez que sea destruido, su ser viviente será liberado. Debido a que su ser viviente no ha completado todo el curso de su vida, no tendrá lugar a donde ir y odiará mucho al que le ha destruido. Cuanto más odie a esa persona, tanto más incrementará su karma. Algunos maestros de *Qigong* incluso van de cacería. ¿Dónde está su misericordia? La Escuela Buda y la Escuela Tao no hacen cosas que violan los principios celestiales. El cazar es una acción que destruye vidas.

Alguien dice que ha acumulado muchas deudas kármicas por haber matado pollos o peces, por pescar etc. ¿Significa esto que él ya no puede cultivarse? No, él puede. En aquel entonces él hizo esas cosas por ignorancia, así que no causó demasiado karma. Sin embargo, de ahora en adelante, él nunca debe hacer de nuevo tales cosas. Hacerlas nuevamente significaría violar los principios deliberadamente y ya no se le podría excusar. Algunos de nuestros alumnos de cultivación tienen este tipo de karma. Como has venido a la sesión de lectura, eso significa que tienes una relación predestinada y que puedes cultivarte hacia el nivel alto. ¿Debemos matar las moscas y los mosquitos cuando entren en la casa? Esto no es erróneo en tu nivel actual de cultivación. Si no tienes forma de echarlos fuera, entonces mátalos. Eso no constituye ningún problema, porque toda cosa morirá en el momento que deba morir. Cuando Sakyamuni vivía en este mundo, quiso una vez tomarse un baño y mandó a un discípulo a limpiar una bañera. El discípulo encontró que había gusanos en ella. Él regresó y le preguntó a su maestro lo que debía hacer. Sakyamuni dijo de nuevo: "Lo que te mandé hacer es limpiar la bañera." El discípulo lo entendió y regresó para limpiar la bañera. Hay ciertas cosas que no debes considerar demasiado importantes. No deseamos que seas una persona tímida y sobre cautelosa. En circunstancias complicadas no es correcto, pienso yo, si actúas todo el tiempo con mucha nerviosidad y siempre tienes miedo de cometer cualquier falta. Eso sería también un apego; el miedo mismo es precisamente un apego.

Debemos tener un corazón de compasión. Nada te podrá ir mal si guardas un corazón compasivo en todo lo que hagas. Considera ligeramente tus intereses personales y sé bondadoso, así cualquier cosa que hagas saldrá de tu compasión y nunca cometerás errores. Aunque no lo creas, siempre que tomas una actitud maliciosa, estés furioso y listo para pelear, estarás propenso a convertir algo bueno en algo malo. Frecuentemente encuentro que algunas personas no les conceden perdón a otros cuando tienen la razón de su lado. Cuando ellos tienen razón, ciertamente la aprovechan para maltratar a otros. No debemos sembrar discordia simplemente porque no vemos algo con buenos ojos. Es que a veces lo que no vemos con buenos ojos no es necesariamente incorrecto. Como practicante, cuando estás continuamente mejorándote en tu cultivación, una palabra que digas lleva consigo energía y puede controlar a una persona común. Debes ser cauteloso en cualquier cosa que digas, porque te es especialmente fácil cometer maldades e incurrir deudas kármicas cuando no eres capaz de ver la verdad de un caso y la relación causal detrás de ello.

2. Eliminando el Karma

La lógica mundana es la misma que la del cielo. Lo que le debes a otros lo tienes que pagar. Una persona común también ha de pagar lo que debe a otros. Las tribulaciones y las desgracias que encuentras en la vida son consecuencias kármicas, las cuales tienes que pagar. Para ustedes, los verdaderos cultivadores, el curso de su vida será cambiado. Un nuevo camino apropiado para tu cultivación será arreglado. Tu maestro te quitará

una parte de tu karma y la parte restante se usará para elevar tu *Xinxing*. Tu karma será compensado y pagado por medio de la práctica de los ejercicios y la cultivación del *Xinxing*. Las dificultades que encuentres en el futuro no serán accidentales, por lo que debes irte preparando mentalmente. Al atravesar algunas tribulaciones te despojarás de todas las cosas a las que la gente común se apega. Te encontrarás con muchas molestias. Problemas vendrán de tu familia, de la sociedad y de otras fuentes, o de repente encontrarás cierta adversidad; incluso te podrán inculpar por la falta cometida por otra persona y te harán a propósito un juicio injusto, etc. Un practicante no está supuesto a enfermarse, pero podrías de repente caer enfermo gravemente. La enfermedad pudiera ser tan seria que no puedas aguantarla, pero incluso la examinación médica no encuentra nada malo. Sin embargo, más tarde la enfermedad se cura inexplicablemente sin tratamiento. En realidad, esta es la forma en la que pagas tu deuda kármica. Tal vez un día repentinamente, tu esposa pierde su temperamento, se enfada contigo sin razón alguna; incluso disputa contigo por pequeñeces. Sin embargo, algunos días después ella misma no podrá explicar el por qué actuó así. Como cultivador, debes entender por qué te ocurren tales cosas. Eso es tu deuda kármica que demanda su pago. Para resolver este tipo de incidentes, debes mantenerte bajo control durante estos momentos y mantener bien tu *Xinxing*. Debes apreciar y agradecer al que te ayudó a eliminar ese karma.

Después de sentarte con las piernas cruzadas por un largo tiempo, sentirás dolor, a veces un dolor mortal en las piernas. Una persona con su Tercer Ojo en un plano alto puede ver que cuando el practicante siente dolor de piernas, una masa grande de substancia negra del interior y exterior de su cuerpo está desapareciendo. El dolor en las piernas es intermitente e insoportable, pero un cultivador de buen entendimiento no bajará sus piernas de la postura cruzada. Consecuentemente, la substancia negra será transformada a la substancia blanca y luego se convertirá en *Gong*. Es imposible para un cultivador eliminar todo su karma sentándose con las piernas cruzadas o practicando los ejercicios. Él tiene que elevar su *Xinxing* y su entendimiento y sufrir algunas tribulaciones. Lo importante es que seamos bondadosos de corazón. Los practicantes de Falun Gong pueden desarrollar su compasión en una etapa muy temprana de su cultivación. Cuando están sentados en cultivación, muchos practicantes derraman lágrimas sin razón. Cualquier cosa que piensan los entristece. A quien sea que vean le ven su sufrimiento. Esto indica que su compasión está desarrollándose y que su naturaleza y su ser verdadero empieza ha comunicarse con las cualidades cósmicas, *Zhen-Shan-Ren*. Cuando tu compasión surja, actuarás muy bondadosamente hacia otros. Desde lo más profundo de tu corazón hasta tu apariencia externa y forma de ser, todos podrán ver a primera vista que tu corazón es bondadoso. En ese punto ya nadie te maltratará. Aunque alguien te ofenda, tú no contra atacarás debido a tu gran compasión. Esto es una clase de fuerza, una fuerza que te hace actuar diferente de la gente común.

Cuando te encuentres con tribulaciones, tu compasión te ayudará a salir del apuro. Mientras tanto, mi Cuerpo Ley te cuidará y protegerá tu vida, pero has de pasar por las tribulaciones. Por ejemplo, durante mi sesión de lecturas en Taiyuan, una pareja iba apresuradamente atravesando la carretera para asistir a mi lectura. Cuando llegaron al centro de la calle, un coche corrió velozmente hacia ellos. Inmediatamente enganchó el vestido de la anciana, la derribó y la arrastró por más de 10 metros antes de que finalmente cayera en medio de la carretera. El coche no paró hasta que había recorrido unos 20 metros. El conductor bajó saltando del coche y gritó algunas palabras desagradables. Una persona en el coche también dijo unas palabras semejantes. En aquel momento la anciana recordó mis palabras y no dijo nada. Al levantarse del suelo, ella dijo: "Todo esta bien, no he sufrido ningún daño." Tirándole de un brazo a su esposo, entraron juntos al auditorio. Si en ese momento ella hubiera dicho: "Ah, me siento herida aquí y allá. Quisiera que usted me lleve al hospital," en ese momento ella realmente hubiera sufrido las heridas. Pero ella no dijo eso. Aquella señora me dijo: "Maestro Li, yo entiendo qué fue lo que me ocurrió. ¡Eso me ayudó a eliminar mi karma! Una gran tribulación ha desaparecido y una porción grande de karma a sido eliminada." A partir de lo que ella dijo podemos ver que tenía un *Xinxing* muy alto y un buen entendimiento. Ella era bastante vieja y el coche corría tan rápidamente que la tiró lejos y la echó fuertemente al suelo. Sin embargo, ella se levantó y mantuvo una mente muy correcta.

Algunas veces, las tribulaciones se ven tan grandes cuando vienen, que simplemente no parecen tener salida. Puede que permanezca así por varios días. Luego de repente viene un gran cambio en el curso de los eventos y encuentras una salida. En realidad, eso se debe a que mejoraste tu *Xinxing* y el problema ha desaparecido en forma natural.

Para elevar tu grado de consciencia, tienes que ser probado a través de diversas tribulaciones en este mundo. En este proceso, si tu *Xinxing* se ha elevado realmente y se ha estabilizado, tu karma será eliminado en el proceso, tus tribulaciones pasarán y tu *Gong* crecerá. No debes sentirte desanimado si no has mantenido bien tu *Xinxing* o has hecho algo malo durante las pruebas de tu *Xinxing*. Toma la iniciativa para aprender de tus errores, encontrar dónde están tus debilidades y hacer el mejor intento de vivir de acuerdo a las cualidades cósmicas *Zhen-Shan-Ren*. El próximo problema que probará tu *Xinxing* podrá presentarse poco después. Mediante el crecimiento de tu Potencia de Energía, las tribulaciones para probar tu *Xinxing* serán más violentas e inesperadas. Cada vez después de superar una tribulación, tu Potencia de Energía se incrementará un poco. Si no puedes pasar la prueba, tu *Gong* dejará de crecer. Una pequeña prueba traerá un pequeño incremento en la Potencia de Energía; una prueba grande traerá un gran incremento en ella. Espero que cada practicante

esté preparado para tolerar grandes sufrimientos y tenga la determinación y perseverancia para aguantar las grandes dificultades que se le presenten. No obtendrás el verdadero *Gong* sin dar nada. No existe ningún principio que te permita obterner el *Gong* cómodamente sin sufrimiento y sin esfuerzo. Un cultivador nunca se convertirá en un gran ser iluminado si no mejora radicalmente su *Xinxing* y no renuncia a sus apegos personales.

VII. Interferencia Demoníaca

La interferencia demoníaca se refiere al fenómeno de escenas que aparecen en el proceso de cultivación de un practicante y que interfieren con su práctica. El propósito demoníaco es impedir al practicante hacer la cultivación hacia un nivel más alto. También podemos llamarlo, "los demonios demandando por el pago de la deuda."

El problema de la interferencia demoníaca seguramente surgirá cuando un practicante está cultivándose hacia niveles altos. Es imposible que la persona y sus antepasados no hayan hecho algunas cosas malas durante sus vidas. Los actos malos se llaman karma. La cualidad innata de uno determina cuánto karma lleva consigo. Incluso a una persona muy buena, le es imposible no tener karma. No estás consciente de su existencia porque no te cultivas. Si practicas con el sólo propósito de eliminar enfermedades y fortalecer la salud, ningún demonio te visitará. Una vez que empieces la cultivación hacia un alto nivel, los demonios intentarán detenerte. Ellos interferirán contigo por todos los medios para detener tu cultivación hacia un alto nivel y prevenir que obtengas la perfección. Los demonios se manifiestan de diferentes modos. Algunos se manifiestan a través de los fenómenos de la vida diaria, mientras que otros asumen la forma de fenómenos de otras dimensiones. Ellos controlan cosas para que interfieran contigo cada vez que te sientas a meditar, impidiéndote entrar en el estado de tranquilidad, y por tanto de cultivarte hacia niveles más altos. A veces, tan pronto te sientas y cruzas las piernas te sentirás adormecido y tendrás pensamientos punzantes en la mente, lo que te impedirá entrar en un estado de práctica. En otras ocasiones, el momento que empieces a hacer la práctica en un estado silencioso, de repente aparecerán varios ruidos como los de unos pasos, golpes fuertes en la puerta, la bocina de un coche, una llamada telefónica y una varieda de otras formas de interferencia, haciendo imposible que entres en un estado de tranquilidad.

Otra forma de interferencia viene del demonio de la lujuria. Cuando estés sentado en la cultivación o cuando estés durmiendo, podrá aparecer ante ti una mujer bella o un galán, y tratarán de cautivarte y seducirte con algunos movimientos seductores para excitar tu apego a la lujuria sexual. Si fracasas una vez, el demonio de la lujuria gradualmente incrementará su esfuerzo por seducirte hasta que dejes la idea de cultivarte hacia un nivel alto. Esta prueba es muy difícil de pasar, muchos practicantes han fracasado debido a eso. Prepárate bien para enfrentarte a ello. Si no puedes mantener bien tu *Xinxing* y no has pasado la prueba, debes aprender de esas lecciones con honestidad. El demonio vendrá a hostigarte repetidamente hasta que hayas mantenido de verdad tu *Xinxing* y elimines completamente ese apego. Esto es una gran prueba que debes pasar. De otro modo, no podrás obtener el Tao ni tendrás éxito en tu cultivación.

Existe otra forma de demonio que aparece durante la práctica de los ejercicios o en los sueños de uno. Podrás ver de repente algunas caras terribles que son feroces y muy reales, o a un demonio que amenaza matarte con un cuchillo en su mano. Sin embargo, lo que hace es sólo intimidarte. Si él realmente quiere matarte, no puede hacerlo porque tu maestro te ha puesto una campana de protección alrededor de tu cuerpo. Te intimidará con el fin de no dejarte hacer la práctica. Estas cosas solamente aparecen en un cierto nivel o en una cierta etapa de la cultivación y pasarán en pocos días; en una semana o en varias semanas. Todo depende de qué tan bueno sea tu *Xinxing* y cómo manejas este asunto.

VIII. Cualidad Innata y Cualidad de Entendimiento

La cualidad innata se refiere a la substancia blanca que uno trae consigo desde su nacimiento. De hecho, se llama "virtud"; es una substancia tangible. Cuanta más substancia blanca has traído contigo, tanto mejor será tu cualidad innata. A la gente con buena cualidad innata, le es fácil regresar a la verdad y entender el Tao porque no tienen problemas ideológicos. En el momento que escuchen acerca del *Qigong* o cosas relacionadas a la cultivación, se interesarán enseguida y querrán aprenderlo. Podrán conectarse con el cosmos. Justamente como dijo Lao Zi: "Cuando una persona con buena cualidad innata escucha el Tao, lo practicará diligentemente. Cuando una persona con cualidad innata común lo escucha, lo practicará de vez en cuando. Cuando una persona con pobre cualidad innata lo escucha, se reirá a carcajadas. Si él no se riera, entonces no sería el Tao." Una persona con buena cualidad innata es una a quien le es fácil regresar a la verdad y volverse iluminado. Al contrario, una persona de pobre cualidad innata tiene mucha substancia negra, la cual forma una barrera alrededor de su cuerpo haciendo que le sea imposible aceptar cosas buenas. La substancia negra hará que no crea cosas buenas al encontrarse con ellas. De hecho, este es uno de los papeles que juega el karma.

La cualidad innata está cercanamente asociada con el asunto de la cualidad de entendimiento (Iluminación). Cuando hablamos sobre la Iluminación, algunos piensan que es lo que equivale a a ser listo. La persona "lista" o "hábil" a la que la gente común se refiere en realidad difiere mucho de la cultivación de la que estamos hablando. A tales personas "listas" frecuentemente les es difícil alcanzar la Iluminación. Se preocupan sólo por este mundo práctico material, para prevenir que otros no se aprovechen de ellos y que no sufrán ninguna pérdida. En particular, algunos individuos que creen ser eruditos, educados e inteligentes, piensan que la práctica de cultivación es como un cuento de las mil y una noches. Para estas personas la práctica de cultivación y el mejoramiento del *Xinxing* son inconcebibles. Ellos consideran que todos los practicantes son tontos y supersticiosos. La Iluminación al que nos referimos no se refiere a la inteligencia, sino a la naturaleza humana que nos hace regresar a la verdad, ser una persona buena y asimilarnos a las cualidades cósmicas. La cualidad innata determina la cualidad del entendimiento de uno. Usualmente, si uno tiene una buena cualidad innata, tendrá buena cualidad de entendimiento. La cualidad innata determina la cualidad de entendimiento; sin embargo, la cualidad de entendimiento no está controlada completamente por la primera cualidad innata. Una persona puede tener una buena cualidad innata, pero no sirve para la cultivación si tiene pobre entendimiento y consciencia. La cualidad innata de algunos no es buena, pero poseen excelente cualidad de entendimiento, y así podrán hacer la cultivación hacia un alto nivel. Estamos ofreciendo la salvación a todos los seres vivientes y dependemos más de la cualidad de entendimiento que de la cualidad innata. A pesar de que hayas traído muchas cosas malas de nacimiento, eventualmente podrás obtener la perfección en la cultivación con la condición de que estés determinado a mejorarte a ti mismo a través de la cultivación. Este pensamiento nacido en tu mente es un pensamiento correcto. Con esta idea eventualmente podrás obtener la Iluminción aunque tengas que sufrir un poco más que otros.

Los cuerpos de los practicantes han sido purificados. No contraerán enfermedades después de que surge el *Gong* porque la materia de alta energía en el cuerpo excluye la existencia de la substancia negra. Sin embargo, algunos se rehusan a creerlo y siempre piensan que están enfermos, quejándose: "¿Por qué me siento tan indispuesto?" Decimos que lo que has obtenido es *Gong*. ¿Cómo te puedes sentir cómodo cuando has adquirido una cosa tan buena? En la cultivación tienes que dar algo a cambio. De hecho, toda la incomodidad es superficial y no tiene efecto alguno en tu cuerpo. Aunque parezca ser enfermedad, no lo es. Todo depende de cómo te despiertas a esto. Un practicante no sólo debe aguantar la dificultad de las dificultades sino también tener una buena cualidad de entendimiento. Algunas personas no quieren entender por qué se han metido en dificultades. Aún se consideran como gente común a pesar de que estoy enseñando la cultivación en un alto nivel y mostrándoles cómo medirse ellos mismos con requisitos más elevados. Incluso no pueden hacer la práctica en el estado requerido para un practicante verdadero. Tampoco creen ellos mismos que podrán llegar a un alto nivel de cultivación.

El entendimiento a un alto nivel se refiere a volverse un ser iluminado. En cuanto a la Iluminación, está categorizada dentro de la Iluminación Inmediata y la Iluminación Gradual. La Iluminación Inmediata se refiere al caso en el cual un practicante está "encerrado" durante todo el proceso de su cultivación. Después de completar el curso entero de tu cultivación y elevar tu *Xinxing* hasta cierto nivel, en el último momento, todas tus capacidades sobrenaturales se abrirán, tu Tercer Ojo se abrirá instantáneamente hasta el plano más alto, y tu mente podrá comunicarse con seres inteligentes en otras dimensiones. Podrás ver de una sola vez la realidad del cosmos entero y las diferentes dimensiones y paraísos individuales, y podrás comunicarte con ellos. También podrás desplegar tus poderes divinos. La Iluminación Inmediata es la más difícil de obtener. A lo largo de las épocas, sólo personas de muy buena cualidad innata han sido seleccionadas como discípulos; el sistema de cultivación ha sido legado de maestro a un solo discípulo. ¡Una persona común no podría aguantarlo! El sendero que yo tomé fue la de la Iluminación Inmediata.

Lo que yo les imparto ahora pertenece al sendero de la Iluminación Gradual. Durante el proceso de tu cultivación, desarrollarás capacidades sobrenaturales en su debido tiempo. Sin embargo, las capacidades sobrenaturales que emergan no necesariamente serán disponibles para tu uso, ya que te es facil cometer maldades cuando no has elevado tu *Xinxing* a un cierto nivel y aún no puedes conducirte correctamente. No podrás usar estas capacidades sobrenaturales por el momento, pero eventualmente se te darán. Por medio de la continua cultivación elevarás gradualmente tu *Xinxing* y comprenderás paso a paso la verdad del universo. Del mismo modo que en la Iluminación Inmediata, alcanzarás eventualmente la Consumación. El sendero de la Iluminación Gradual es más fácil de obtener y no toma riesgos. La dificultad yace en que puedes ver el proceso entero de tu cultivación. Por lo tanto, las exigencias que te impones a ti mismo deben ser aún más estrictas.

IX. Una Mente Clara y Limpia

Algunas personas no pueden entrar en el estado de tranquilidad cuando hacen los ejercicios de *Qigong* y buscan métodos para hacerlo. Alguien me ha preguntado: "Maestro Li, ¿por qué no puedo alcanzar la tranquilidad en la práctica? ¿Podría enseñarme algún método o algunas técnicas para que pueda entrar en el estado de tranquilidad cuando me siento en meditación?" A mi juicio, pregunto, ¿¡cómo podrías lograr la tranquilidad!? No podrías entrar en tranquilidad incluso si una deidad viniera a enseñarte algunos métodos.

¿Por qué? La razón es que no tienes la mente limpia y clara. Toda la gente que vive en la sociedad humana tiene siete emociones y seis deseos. Si siempre estás interesado en diversos intereses personales, beneficios propios, los asuntos de tus familiares y buenos amigos, y permites que ellos ocupen una proporción demasiado grande en tu mente y que asuman alta importancia, ¿cómo podrías entrar en tranquilidad cuando estás sentado en meditación? Aún si las reprimes artificialmente, surgirán dándote vueltas.

La cultivación budista enseña "precepto, *samadhi*, y sabiduría." El precepto es para que uno deje las cosas a las que tiene apego. Algunos budistas adoptan el método de salmodiar el nombre de Buda, lo que requiere salmodiarlo con una concentración mental total para poder alcanzar el estado de "reemplazar millares de pensamientos con un solo pensamiento." Esto es ciertamente una clase de habilidad (*Gongfu*), pero no es un método. Si no lo crees, puedes comprobarlo. Seguramente cuando lo salmodees, otros pensamientos darán vueltas en tu cabeza. En los tiempos antiguos, fue el Tantrismo Tibetano la que primeramente enseñó a la gente cómo salmodiar el nombre de Buda; uno tenía que salmodiar el nombre centenares de miles de veces durante una semana. Salmodiaban así hasta sentir la cabeza entumecida, y finalmente la mente quedaba vacía, con un simple pensamiento reemplazado millares de otros pensamientos. Esto es una clase de *Gongfu* que probablemente no puedas hacer. Hay algunos otros métodos que le enseñan a uno a concentrar la mente en el *Dantian*, a contar números o a fijar la mirada en un objeto, etc. En realidad, estas cosas no pueden ayudarte a entrar en el estado de tranquilidad. Un practicante debe tener un corazón claro y limpio, renunciar a sus intereses personales y dejar su mente de codicia.

De hecho, el que puedas concentrarte y entrar en un estado de tranquilidad refleja el grado de tu *Gongfu* y el nivel de tu cultivación. Si cada vez que uno se sienta puede estar tranquilo, esto muestra que has alcanzado un nivel alto de cultivación. No importa que temporalmente no puedas obtener la tranquilidad; podrás realizarlo gradualmente durante el curso de la cultivación. Tu *Xinxing* se eleva gradualmente y el *Gong* crece poco a poco. Si no le pones poca importancia a tus propios intereses y deseos, tu *Gong* no crecerá de ningún modo.

Un practicante debe ser estricto y exigir de sí mismo requisitos elevados en todo momento, porque a cada momento le perturban todo tipo de fenómenos complicados de la sociedad, muchas cosas vulgares e insanas y las siete emociones y los seis deseos. Lo que te propagan en la televisión, el cine, las obras literarias y artísticas, te enseñan a ser una persona poderosa y práctica entre la gente común. Si no puedes librarte de esas cosas, tu *Xinxing* y tu estado mental estarán cada vez más lejos de los de un practicante, y tu *Gong* adquirido será cada vez menos. Un practicante debe tener poco o ningún contacto con esas cosas vulgares u obscenas. Lo que él debe hacer es: Mirar pero no verlas; escuchar pero no oírlas, siempre manteniendo su mente calmada y no perturbada. A menudo digo que no hay persona común que pueda romper la paz de mi mente. Si alguien dice algo bueno sobre mí, no me sentiré alegre por eso, ni me enfadaré cuando alguien me suelta una maldición. Por graves que sean las interferencias entre la gente y entre las personas comunes, no pueden afectar ni interferir con mi *Xinxing*. Un practicante debe considerar muy ligeros todos sus intereses creados y librarse de todas las preocupaciones que lo dominan. Sólo de este modo, podrá ser considerado como un cultivador maduro con buen entendimiento. Si no tienes un fuerte deseo por la fama y la fortuna personal e incluso los consideras como cosas insignificantes, no te frustrarás ni te enfadarás y tu corazón permanecerá siempre tranquilo. Una vez que puedas dejarlo todo, tu corazón y mente naturalmente se volverán claros y limpios.

Yo les he expuesto la Gran Ley y les he enseñado los cinco juegos de ejercicios. He ajustado sus cuerpos, implantado el Falun y los mecanismos de energía (*Qiji*) en sus cuerpos. También tengo mis Cuerpo Ley para protegerles. Les he dado todo lo que les debo dar. "Es la labor del maestro darte a conocer el camino de la cultivación, pero cómo te cultives es enteramente asunto tuyo." Con tal de que tengas un profundo entendimiento de la Gran Ley, la estudies cuidadosamente, mantengas bien tu *Xinxing* todo el tiempo, practiques diligentemente la cultivación, aguantes la dificultad de las dificultades y toleres lo difícil de tolerar, a mi juicio, seguramente triunfarás en la cultivación.

La cultivación del *Xinxing* es el sendero para llegar a la perfección en la cultivación.

El barco que navega el mar ilimitado de la Gran Ley surca sobre dificultades.

CAPÍTULO IV

VÍA DE LA PRÁCTICA DE FALUN GONG

Falun Gong es una vía especial de cultivación de la Escuela Buda. Su origen difiere de otras vías de cultivación comunes de la Escuela Buda. Como una Gran Ley de cultivación de alto orden, es una vía de cultivación especialmente intensificada que requería que sus practicantes debieran tener un *Xinxing* sumamente alto o que fueran personas bien fundadas en todas las virtudes. Por eso fue difícil de popularizar en el pasado. Para que más practicantes eleven su nivel y comprendan mejor nuestro sistema de cultivación, y también para poder satisfacer las demandas de numerosos cultivadores de altas aspiraciones, he diseñado una serie de ejercicios adecuado para la popularización. A pesar de ser rearreglados, esta vía de cultivación es muy superior a otros sistemas comunes de cultivación en términos de lo que ofrece y el nivel de la práctica.

Un cultivador de Falun Gong, no sólo puede reforzar rápidamente su potencia de energía y capacidades sobrenaturales sino también desarrollar un Falun incomparablemente poderoso en un período de tiempo muy corto. Después de formado el Falun, girará automática e incesantemente todo el tiempo en el abdomen inferior del practicante, colectando sin cesar la energía desde el cosmos, haciendo la evolución de la energía y finalmente transformándola en *Gong* en el *Benti* del practicante, para alcanzar así la meta de "la Ley refina al cultivador."

Falun Gong está compuesto de cinco juegos de ejercicios, incluyendo Buda Mostrando Mil Manos, La Estaca-Parada Falun, Penetrando los Dos Extremo Cósmicos, La Circulación Celestial Falun, y la Vía para Reforzar Poderes Divinos.

I. *Fozhan Qianshou Fa* ("Buda Mostrando Mil Manos")

Principio: El ejercicio Buda Mostrando Mil Manos tiene como propósito extender y abrir todos los canales del cuerpo del cultivador. Esto puede ayudar a los practicantes principiantes a adquirir rápidamente el *Qi* y capacitar que los practicantes veteranos eleven pronto su nivel. Debido a que este juego de ejercicios requiere que desde su inicio todos los canales estén abiertos, los practicantes pueden empezar a practicarlo ya en un nivel bastante alto. La Gran Vía de cultivación, como norma, es la más simple y fácil de practicar. Por eso, aunque los movimientos del ejercicio de esta vía son simples, controlan en lo macroscópico todo lo que se desarrollará por medio de la práctica de este ejercicio entero. Al hacer este ejercicio, el practicante puede sentir calor en el cuerpo y sentir la existencia de un campo muy fuerte de energía. Esto se debe a que todos los canales de energía del cuerpo están extendiéndose y abriéndose. El propósito de este ejercicio es para perforar las partes de los canales donde el *Qi* está obstruido para que circule sin estorbo, movilizando el *Qi* dentro del cuerpo y bajo la piel vigorosamente, absorbiendo así gran cantidad de energía desde el cosmos. Al mismo tiempo, puede hacer que el practicante entre rápidamente en el estado de estar rodeado de un campo de energía de *Qigong*. Los practicantes deben hacer estos movimientos como un un ejercicio básico. Usualmente se hace antes de los otros juegos de ejercicios, y es uno de los medios para intensificar la cultivación de Falun Gong.

Verso:[1]

Shenshen Heyi[2]
Dongjing Suiji[3]
Dingtian Duzun[4]
Qianshou Foli[5]

Preparación: Mantener todo el cuerpo relajado pero no flojo. Ponerse de pie naturalmente con los pies separados al ancho de los hombros. Doblar levemente las dos piernas, curvando naturalmente un poco las rodillas y las caderas. Encoger levemente la mandíbula inferior. Tocar la punta de lengua contra el paladar, mantener una apertura muy pequeña entre los dientes, y cerrar los labios. Cerrar ligeramente los ojos. Presentar una cara bondadosa y serena.

---

[1] Los versos son recitados una sola vez, en chino, antes de cada ejercicio. Cada ejercicio tiene su propio verso específico que puedes recitar en voz alta o simplemente escucharlo en la cinta de ejercicios.
[2] *Shenshen Heyi*—Unir Juntos Mente y Cuerpo.
[3] *Dongjing Suiji*—Moverse o Quedarse Quieto de Acuerdo al los Mecanismos de Energía.
[4] *Dingtian Duzun*—Tan Alto como el Cielo e Incomparablemente Noble.
[5] *Qianshou Foli*—El Buda con Mil Manos se Para Derecho.

***Liangshou Jieyin* (Unir las dos Manos)**
Levantar ambas manos con palmas hacia arriba. Los dos pulgares se tocan ligeramente y los cuatro dedos restantes se unen. Luego sobreponer la mano izquierda encima de la derecha para el masculino o la mano derecha encima de la izquierda para el femenino, formando una figura ovalada, y ponerlo en el abdomen inferior. Mantener ambos brazos superiores ligeramente hacia adelante y suspender los dos codos para mantener ahuecadas las axilas (Fig. 1-1).

圖 1-1　圖 1-2　圖 1-3　圖 1-4

圖 1-5　圖 1-6　圖 1-7

***Mile Shenyao* (Maitreya[6] Se Estira)**
Empezar con la postura de *Jieyin.*[7] Levantar las manos mientras gradualmente se estiran las piernas. Al subir las manos hasta el frente de la cabeza, separarlas y voltear gradualmente las palmas hacia arriba. Mantener

[6] *Maitreya*—En el Budismo, *Maitreya* es el nombre del Buda del Futuro, que vendrá al mundo después del Buda Sakyamuni para ofrecer salvación.
[7] *Jieyin*—abreviación de "*Liangshou Jieyin.*"

las palmas hacia arriba sobre la cabeza y que los dedos de una mano y los de la otra se apunten mutuamente, dejando una distancia de 20-25cm. entre las puntas de ellos (Fig1-2). Al mismo tiempo, estirar la cabeza hacia arriba, poner firmemente los pies sobre la tierra y levantar las palmas lo más alto posible. Estirar todo el cuerpo por 2-3 segundos. Inmediatamente, relajar todo el cuerpo y restaurar el estado de curvatura en las rodillas y caderas.

圖 1-8

圖 1-9

圖 1-10

圖 1-11

***Rulai Guanding* (Tathagata llenando la Energía por el tope de la Cabeza)**
A continuación de la postura antedicha (Fig. 1-3), hacer girar simultáneamente ambas palmas hacia fuera a 140 grados, haciendo una forma de "embudo." Estirar las muñecas y mover las palmas hacia abajo. Bajar las palmas y encararlas al pecho con una distancia de no más de 10cm. entre las palmas y el pecho. Continuar moviéndolas hacia abajo al abdomen inferior (Fig. 1-4).

***Shuangshou Heshi* (Presionar las Manos Frente al Pecho)**
Después de que las dos manos han llegado al abdomen inferior, elevarlas enseguida hasta que estén frente al pecho para formar *Heshi* (Fig. 1-5). Al hacer *Heshi*, juntar los diez dedos y mantener bien pegados ambos los dedos y las bases de las palmas, dejando un hueco entre los centros de las palmas y suspender ambos codos

con los dos antebrazos, formando una línea recta (Para todos los ejercicios, mantener las manos en posición de Palmas-Loto,[8] excepto en las posturas *Heshi* y *Jieyin*).

1-12

***Zhangzhi Qiankun* (Las Manos Apuntan al Cielo y la Tierra)**
Empezar con la postura de *Heshi*. Separar las dos palmas con una distancia de unos 23cm. Hacer girar simultáneamente las dos palmas, con la mano izquierda para el masculino (la mano derecha para el femenino) hacia el pecho y la mano derecha hacia fuera, formando una línea horizontal con la mano izquierda sobre la derecha y con los antebrazos (Fig. 1-6). Luego, extender el antebrazo izquierdo oblicuamente hacia la izquierda superior con la palma hacia abajo y con la mano al nivel de la cabeza. Mantener la mano derecha frente al pecho con la palma hacia arriba. Cuando la mano izquierda ha llegado a la posición, estirar gradualmente todo el cuerpo, extender la cabeza hacia arriba y poner firmemente ambos pies sobre la tierra. Estirar la mano izquierda oblicuamente hacia la izquierda superior. Mover la mano derecha frente al pecho hacia fuera junto con el brazo superior (Fig. 1-7). Estirar todo el cuerpo por 23 segundos y enseguida, relajarlo. Volver a poner la mano izquierda frente al pecho y junto con la mano derecha en forma de *Heshi* (como Fig. 1-5). Luego, hacer girar las palmas con la mano derecha (la mano izquierda para el femenino) sobre la mano izquierda (Fig. 1-8) y hacer el estiramiento. Hacer que la mano derecha repita los movimientos de la mano izquierda, es decir, estirar el antebrazo derecho oblicuamente hacia la derecha superior con la palma hacia abajo y con la mano al nivel de la cabeza y mantener la mano izquierda frente al pecho con la palma hacia arriba. Después del estiramiento (Fig. 1-9), relajar inmediatamente todo el cuerpo. Retornar las manos en *Heshi*.

***Jinhou Fenshen* (Mono de Oro Dividiendo su Cuerpo)**
Empezar con la postura de *Heshi*. Extender las dos manos hacia los dos lados formando una línea horizontal a nivel de los hombros. Estirar gradualmente todo el cuerpo, extender la cabeza hacia arriba, poner firmemente los pies sobre el suelo y extender fuertemente las dos manos hacia los dos lados, tendiendo así las fuerzas hacia las cuatro direcciones (Fig. 1-10). Hacer así el estiramiento por 23 segundos. Inmediatamente relajar todo el cuerpo. Retornar las manos frente al pecho en *Heshi*.

***Shuanglong Xiahai* (Dos Dragones entrando en el Mar)**
Empezar con la postura de *Heshi*. Separar las manos y extenderlas oblicuamente hacia abajo y enfrente del cuerpo. Cuando los brazos están paralelos y rectamente extendidos, dejar que formen un ángulo de unos 30 grados respectivamente con el cuerpo (Fig. 1-11). Estirar gradualmente todo el cuerpo, extender la cabeza hacia arriba y poner firmemente los pies en la tierna. Hacer así el estiramiento por 2-3 segundos. Inmediatamente relajar todo el cuerpo. Retornar las manos en *Heshi* frente al pecho.

[8] posición de Palmas-Loto—En esta posición de mano, las palmas están abiertas y los dedos relajados, pero derechos. El dedo medio de cada mano se relaja para que se doble ligeramente hacia el centro de la palma.

圖1-13 圖1-14

***Pusa Fulian* (Bodhisattva apoyando las Manos en los Lotos)**
Empezar con la postura de *Heshi*. Separar las dos manos y extenderlas oblicuamente hacia abajo a los dos lados del cuerpo. Cuando los dos brazos están rectamente extendidos, dejarlos formar respectivamente un ángulo de 30 grados con las piernas (Fig. 1-12). Ahora, estirar gradualmente todo el cuerpo con los dedos extendidos fuertemente hacia abajo. Enseguida, relajar todo el cuerpo. Retornar las dos manos en *Heshi* frente al pecho.

***Luohan Beishan* (Arhat llevando la Montaña a Espaldas)**
Empezar con la postura de *Heshi*. Separar las dos manos y extenderlas con las palmas giradas hacia atrás del cuerpo. Cuando las dos manos lleguen detrás a los dos lados del cuerpo, curvar las muñecas gradualmente, formando respectivamente un ángulo de 45 grados detrás del cuerpo (Fig. 1-13). Después de que las manos han llegado a la posición requerida, estirar gradualmente todo el cuerpo, extender la cabeza hacia arriba, poner firmemente los pies sobre la tierra y mantener recto el cuerpo. Hacer así el estiramiento por 2-3 segundos. Relajar inmediatamente todo el cuerpo. Retornar las dos manos en *Heshi* frente al pecho.

***Jingang Paishan* (Vajra[9] Empujando la Montaña)**
Empezar con la postura de *Heshi*. Separar las dos manos y empujarlas hacia adelante con los dedos dirigidos hacia arriba (Fig. 1-14). Mantener los brazos al nivel de los hombros. Después de poner los brazos rectos, estirarlos fuertemente, extender la cabeza hacia arriba, poner firmemente los pies sobre la tierra y mantener recto el cuerpo. Hacer así el estiramiento por 2-3 segundos. Relajar inmediatamente todo el cuerpo. Retornar las dos manos en *Heshi* frente al pecho.

[9] *Vajra*—Nota: Aquí, este término se refiere a los guerreros vigilantes de un Buda.

1-15 1-16

***Diekou Xiaofu* (Sobreponer las Manos Frente al Abdomen Inferior)**
Empezar con la postura de *Heshi*. Bajar lentamente las dos manos y hacer girar las palmas hacia el abdomen inferior. Después de que las manos han llegado al sitio del abdomen inferior, sobreponerlas una a otra, colocando la mano izquierda adentro para el masculino o la derecha adentro para el femenino y haciendo que una palma mire al dorso de la otra mano. Mantener una distancia de unos 3cm. entre las dos manos y entre la mano interior y el abdomen inferior. Generalmente quedarse en esta postura por 40-100 segundos (Fig. 1-15).

Postura Final: Unir las dos manos (*Shuangshou Jieyin*) (Fig. 1-16).

II. *Falun Zhuang Fa* (Vía del Ejercicio "Estaca-Parada Falun")

Principio: La Vía del Ejercicio "Estaca-Parada Falun" es el segundo juego de ejercicios de Falun Gong. Es un ejercicio tranquilo parado compuesto de cuatro movimientos como los de abrazar una rueda. Los movimientos son monótonos y cada movimiento requiere bastante tiempo. Los principiantes pueden sentir mucho peso y fuertes dolores en los dos brazos. Sin embargo, después de la práctica sienten todo el cuerpo relajado y no sienten fatiga como lo que uno siente después de una labor física. Los practicantes pueden sentir el Falun girando entre los dos brazos con el incremento de la frecuencia y la duración de la práctica. La práctica frecuente de la Estaca-Parada Falun puede abrir los pasajes de energía de todo el cuerpo de uno. La Estaca-Parada Falun es una vía de cultivación comprensiva para obtener sabiduría, elevar el nivel de cultivación y reforzar los poderes sobrenaturales de uno. Los movimientos son simples, pero mucho se puede obtener a través de la práctica del ejercicio. En la práctica, los movimientos deben ser naturales. Uno debe tener consciencia de que se está haciendo la práctica. No se debe tambalear, aunque moverse ligeramente es normal. Al igual que en los otros ejercicios de Falun Gong, terminar de hacer el ejercicio no significa terminar la práctica porque el Falun siempre está girando y no se puede parar su rotación. La duración de los movimientos puede variar de persona a persona. Sin embargo, a más larga la duración, mejor será el resultado.

Verso:

***Shenghui Zengli*[10]**
***Rongxin Qingti*[11]**
***Simiao Siwu*[12]**
***Falun Chuqi*[13]**

---

[10] *Shenghui Zengli*—Incrementa Sabiduría y Refuerza Poderes.
[11] *Rongxin Qingti*—Armoniza el Corazón y Ligera el Cuerpo.
[12] *Simiao Siwu*—Como en un Estado Maravilloso e Iluminado.
[13] *Falun Chuqi*—El Falun Empieza a Subir.

Preparación: Mantener todo el cuerpo relajado, pero no flojo. Ponerse de pie naturalmente con los pies separados al ancho de los hombros. Doblar ligeramente las piernas encorvado de forma natural un poco las rodillas y las caderas. Encoger ligeramente la mandíbula inferior. Levantar la punta de lengua contra el paladar. Mantener una pequeña apertura entre los dientes. Cerrar los labios. Cerrar ligeramente los ojos. Presentar una cara bondadosa y serena.

Liangshou Jieyin (**Unir las dos manos**) (Fig. 2-1).

Touqian Baolun **(Abrazando la Rueda Frente a la Cabeza)**
Empezar con *Jieyin*. Levantar lentamente las dos manos desde el abdomen y separarlas. Después mover las dos manos al frente de la cabeza, hacer que las palmas miren hacia la cara, al nivel de las cejas. Mantener las puntas de los dedos de ambas manos apuntándose mutuamente con una distancia de unos 15cm. Formar un círculo con los dos brazos y relajar todo el cuerpo (Fig. 2-2).

2-1 2-2 2-3

Fuqian Baolun **(Abrazando la Rueda Frente al Abdomen)**
Bajar lentamente las dos manos desde "*Touqian Baolun*" hasta el sitio del abdomen inferior. Mantener una distancia de unos 10cm. entre las manos y el abdomen inferior. Suspender los dos codos, formando huecos bajo las axilas. Mantener las palmas hacia arriba y sostener las puntas de los dedos de ambas manos apuntándose mutuamente con una distancia de unos 10cm. Formar un círculo con los dos brazos (Fig. 2-3).

圖 2-4

圖 2-5

***Touding Baolun* (Abrazando la Rueda sobre la Cabeza)**
Empezar con *"Fuqian Baolun"* sin cambiar la postura. Levantar lentamente las dos manos hasta encima de la cabeza y hacer *"Touding Baolun."* Mantener los dedos de ambas manos apuntándose mutuamente con una distancia de 20-30cm. Entre ellos. Formar un círculo con los dos brazos. Relajar los hombros, brazos, codos y muñecas (Fig. 2-4).

***Liangce Baolun* (Abrazando las Ruedas a los dos Lados)**
Desde *"Touding Baolun,"* bajar las dos manos hasta los dos lados de la cabeza. Mantener las dos palmas mirando hacia las dos orejas, con los hombros relajados y los dos antebrazos verticales. No poner las manos demasiado cerca de las orejas (Fig. 2-5).

圖 2-6

圖 2-7

***Diekou Xiaofu* (Sobreponer las Manos frente al Abdomen Inferior)**
Desde "*Liangce Baolun,*" bajar las dos manos hasta el sitio del abdomen inferior y sobreponerlas (Fig. 2-6).

Postura Final (*Liangshou Jieyin*) (Unir las dos manos) (Fig. 2-7).

III. *Guantong Liangji Fa* (Vía del Ejercicio "Penetrando los dos Extremos Cósmicos")

Principio: Penetrando los dos Extremos Cósmicos es para mezclar e intercambiar el *Qi* entre el cosmos y el cuerpo humano. Uha gran cantidad de *Qi* se expulsa del cuerpo y se adquiere del cosmos. En un tiempo muy corto, el practicante puede expulsar el *Qi* negro patogénico de su cuerpo y recibir una gran cantidad de *Qi* del cosmos para purificar su cuerpo y hacer que este llegue b más rápido posible al estado de "Cuerpo Blanco Puro." Además, este ejercicio puede ayudar al practicante a abrir el tope de su cabeza y los pasajes bajo sus pies.

Antes de practicar este ejercicio, imagínate que tú mismo fueras dos tubos vacíos, gigantes e incomparablemente altos. Cuando las manos se mueven hacia arriba, el *Qi* del interior del cuerpo se lanza fuera del tope de la cabeza directamente hasta el zenit del cosmos, y cuando las manos se mueven hacia abajo, el *Qi* sale enérgicamente fuera de las plantas de los pies hasta el nadir del cosmos. Con los movimientos de las manos, el *Qi* retorna al cuerpo desde el zenit y desde el nadir, y luego se emite hacia la dirección opuesta. Mover las manos hacia arriba y hacia abajo nueve veces. En la novena vez del ejercicio, mantener arriba la mano izquierda (la mano derecha para el femenino) para esperar la subida de la otra mano. Enseguida, mover al mismo tiempo las dos manos hacia abajo, haciendo llegar el *Qi* al nadir y luego mover las manos hacia arriba con el *Qi* a través del cuerpo. Después de mover así las manos hacia arriba y hacia abajo por nueve veces, recobrar el *Qi*. Hacer girar el Falun cuatro veces en el sentido de las manecillas del reloj en la parte inferior del abdomen a fin de hacer girar el *Qi* en el exterior hacia el interior del cuerpo. Luego unir las dos manos y terminar de hacer este ejercicio pero no la práctica.

Verso:

Jinghua Benti[14]
Fakai Dingdi[15]
Xinci Yimeng[16]
Tongtian Chedi[17]

Preparación: Ponerse de pie naturalmente con los pies separados al ancho de los hombros. Mantener todo el cuerpo relajado pero no flojo. Doblar ligeramente las piernas, curvando naturalmente un poco las rodillas y las caderas. Encoger ligeramente la mandíbula inferior. Levantar la punta de lengua contra el paladar. Mantener una apertura muy chica entre los dientes. Cerrar los labios y cerrar ligeramente los ojos. Presentar una cara bondadosa y serena.

---

[14] *Jinghua Benti*—Purifica el Cuerpo.
[15] *Fakai Dingdi*—El Fa Abre los Pasajes de Energía Superiores e Inferiores.
[16] *Xinci Yimeng*—El Corazón es Benevolente y la Voluntad es Fuerte.
[17] *Tongtian Chedi*—Alcanza el Zenit del Cielo y el Nadir de la Tierra.

图 3-1 图 3-2 图 3-3 图 3-4

Liangshou Jieyin (Unir las dos manos; Fig. 3-1)

Shuangshou Heshi (Juntar los diez dedos frente al pecho; Fig. 3-2).

Danshou Chongguan **(Movimiento de Mano Simple Hacia Arriba y Abajo)**
Empezar con *Heshi*. Mover una mano hacia arriba y la otra hacia abajo siguiendo la operación de *Qiji* fuera del cuerpo. Con el movimiento de manos, el *Qi* en el cuerpo se mueve hacia arriba y hacia abajo. Subir primero la mano izquierda para el masculino (como Fig. 3-3) o la derecha para el femenino. La mano sube gradualmente por el frente lateral de la cabeza hasta arriba de ésta. Mientras tanto, la mano derecha (la izquierda para el femenino) baja gradualmente. Las dos manos suben y bajan alternadamente conservando una distancia de no más de 10cm entre la palma y el cuerpo (Fig. 3-4). Las dos palmas miran hacia el cuerpo. Haciendo este ejercicio, mantener todo el cuerpo relajado. Un movimiento hacia arriba y un movimiento hacia abajo se cuentan como una vez. Hacer esto nueve veces.

Shuangshou Chongguan **(Movimiento de Mano Doble Hacia Arriba y Hacia Abajo)**
En la novena vez del movimiento simple de la mano hacia arriba y hacia abajo, es decir, cuando la mano izquierda (la mano derecha para el femenino) está arriba, subir la otra mano para que ambas manos estén arriba (como Fig. 3-5). Luego, mover ambas manos simultáneamente hacia abajo (como Fig. 3-6).

Cuando las dos manos se mueven hacia arriba y hacia abajo, las palmas miran al cuerpo con una separación de 10cm. Un movimiento hacia arriba y un movimiento hacia abajo se cuentan como una vez. Hacer esto nueve veces.

圖 3-5

圖 3-6

圖 3-7

圖 3-8

Shuangshou Tuidong Falun **(Haciendo Girar el Falun con las dos Manos)**
Después de completar la novena vez de *Shuangshou Chongguan*, mover las dos manos desde encima de la cabeza pasando por la cabeza y el pecho hacia abajo hasta llegar al lugar del abdomen inferior, y hacer girar el Falun en el sitio del abdomen inferior (Fig. 3-7, 3-8, 3-9) con la mano izquierda en el lado interior para el masculino o con la derecha en el lado interior para el femenino manteniendo una separación de 4cm. entre las manos y entre la mano interior y el abdomen inferior. Hacer girar el Falun cuatro veces en el sentido de las manecillas del reloj en el lugar del abdomen inferior a fin de girar la energía del exterior al interior del cuerpo. Al hacer girar el Falun, los movimientos de las dos manos no deben sobrepasar el recinto del abdomen inferior.

圖 3-9

圖 3-10

Liangshou Jieyin (Unir las dos manos) (Fig. 3-10)

IV. *Falun Zhoutian Fa* (Vía del Ejercicio "Circulación Celestial Falun")

Principio: La Circulación Celestial Falun permite que la energía en el cuerpo humano circule por el gran recinto. Es decir, en vez de ir sólo por uno o varios canales, la energía circula desde todo el lado *Yin* al lado *Yang* una y otra vez sin cesar. Esto es muy superior a otros métodos comunes para promover la circulación de

energía por canales o de los circuitos celestiales grande y pequeño. Esto es una vía intermedia de cultivación. Sobre la base de los primeros tres juegos de ejercicios, practicar este ejercicio puede abrir los canales de energía de todo el cuerpo (incluyendo el Gran Circuito Celestial), y así la energía puede circular gradualmente por todo el cuerpo desde arriba hacia abajo. La característica más destacada de este ejercicio es que se usa la rotación de Falun para rectificar los estados anormales del cuerpo humano. Esto permite que el cuerpo humano, es decir, el pequeño universo, retorne al estado original y permite que la energía circule fluidamente por todo el cuerpo. Al llegar a este estado de cultivación, el practicante habrá llegado a un nivel muy alto de la cultivación de La Ley Dentro del Mundo Triple. Aquellas personas bien fundadas en todas las virtudes pueden empezar su cultivación en la Gran Ley. Para este tiempo, su Potencia de Energía y poderes sobrenaturales crecerán enormemente. Al hacer este ejercicio, las manos siguen al *Qiji*. Los movimientos se deben practicar sin prisa, lento y naturalmente.

Verso:

Xuanfa Zhixu[18]
Xinqing Siyu[19]
Fanben Guizhen[20]
Youyou Siqi[21]

Preparación: Manténgase todo el cuerpo relajado pero no flojo. Ponerse de pie naturalmente con los pies separados al ancho de los hombros. Doblar ligeramente las dos piernas y curvar naturalmente un poco las rodillas y las caderas. Encoja ligeramente la mandíbula inferior y toque el paladar con la punta de la lengua, manteniendo una pequeña apertura entre los dientes. Cierre los labios y cierre ligeramente los ojos. Presente una cara bondadosa y serena.

Liangshou Jieyin - (Unir las dos Manos) (Fig. 4-1)

Shuangshou Heshi (Juntar las manos frente al pecho) (Fig. 4-2)

图 4-1 图 4-2 图 4-3 图 4-4

Separar las dos manos de *Heshi* y bajarlas hacia el lugar del abdomen inferior con las dos palmas dirigidas hacia el cuerpo. Mantener una distancia de unos 10cm. entre las manos y el cuerpo. Después de hacer que las manos pasen por el abdomen inferior, extenderlas hacia abajo a lo largo de los lados interiores de las dos piernas, mientras tanto, se debe arquear la espalda hasta ponerse en cuclillas (Fig. 4-3). Cuando las puntas de

[18] *Xuanfa Zhixu*—El Fa Girante Alcaza el Vacio.
[19] *Xinqing Siyu*— El Corazón es Claro Como Jade Puro.
[20] *Fanben Guizhen*—Retornando al Ser Original y Verdadero.
[21] *Youyou Siqi*—Te Sientes Ligero, Como si Flotaras.

los dedos están cerca de la tierra, mover las manos en un círculo desde el frente de la punta de cada pie hasta fuera del talón (Fig. 4-4).

Luego encorvar ligeramente las dos muñecas y subir gradualmente las manos a lo largo de los lados traseros de las piernas (Fig. 4-5).

Subir las manos por detrás de la espalda mientras se endereza el cuerpo (Fig. 4-6). En la práctica de todo este ejercicio, no dejar que las dos manos toquen ninguna parte del cuerpo, de otro modo, la energía de las dos manos será retornada al cuerpo. Cuando no se pueda subir más las manos, apretar los puños creando un hueco dentro de ellos (Fig. 4-7) y luego mover las manos hacia adelante por debajo de las axilas. Cruzar los brazos frente al pecho (Cuál brazo está en la posición superior está determinado por la costumbre de uno y es independiente del sexo; Fig. 4-8).

Abrir los puños y colocar las dos palmas sobre los hombros (con una separación muy pequeña) y mover las palmas a lo largo del lado *Yang* (exterior) de los brazos hasta las muñecas. Seguidamente, hacer girar las dos palmas mirándose una a otra, es decir, con el pulgar de la mano exterior dirigido hacia arriba y con el de la mano interior dirigido hacia abajo y mantener una distancia de 34cm. entre las palmas. Ahora, formar una "línea recta" con las manos y los antebrazos (Fig. 4-9).

Enseguida, hacer girar las dos palmas hacia dos direcciones opuestas como si mantuviese una bola entre las palmas, moviendo la mano exterior hacia el interior y la interior hacia el exterior. Luego empujar las dos manos a lo largo del lado *Yin* de los antebrazos hacia el lado *Yin* de los brazos superiores mientras se suben los antebrazos sobre la cabeza y pasarlos hacia atrás de ella (Fig. 4-10).

4-5 4-6 4-7 4-8

Después, cruzar las dos manos y moverlas hacia la espalda (Fig. 4-11). Separar las dos manos con los dedos dirigidos hacia abajo para conectar con la energía sobre la espalda. Luego mover las dos manos por encima de la cabeza hasta ponerlas frente al pecho (Fig. 4-11; Fig. 4-12) Así se completa la circulación celestial. Esto se debe repetir nueve veces.

Después de completarlo nueve veces, bajar las dos manos a lo largo del pecho hasta frente al abdomen inferior.

圖 4-9　　圖 4-10　　圖 4-11　　圖 4-12

圖 4-13　　圖 4-14

Diekou Xiaofu (Sobreponer las manos frente al abdomen inferior, Fig. 4-13)

Liangshou Jieyin (Unir las dos manos, Fig. 4-14)

V. *Shentong Jiachi Fa* (Vía del Ejercicio "Reforzando los Poderes Divinos")

Principio: Reforzando los Poderes Divinos es un ejercicio de cultivación tranquilo con múltiples propósitos. Es para reforzar los poderes divinos (incluyendo las capacidades sobrenaturales) y la Potencia de Energía de uno por medio de hacer girar el Falun con las Señales de Mano de Buda. Este ejercicio es superior al nivel intermedio y originalmente era un ejercicio secreto. A fin de satisfacer las demandas de los practicantes con cierta base de cultivación, he impartido este ejercicio para que aquellos con la suerte predestinada puedan aprenderla. Se requiere practicar este ejercicio en postura sentada con las piernas cruzadas. Las piernas doblemente-cruzadas son preferidas aunque las piernas simplemente-cruzadas son aceptables al comienzo. Durante la cultivación, el flujo del *Qi* es relativamente fuerte y hay un gran campo de energía rodeando al

cuerpo. Las manos se mueven siguiendo el *Qiji* implantado por el Maestro, la mente sigue la intención. Cuando se refuerzan los poderes divinos, se mantiene vacía la mente con la subconsciencia concentrada ligeramente en las dos palmas. El centro de las palmas puede sentir calor, peso, entumecimiento, como si sostuvieran objetos, etc. Sin embargo, no debes buscar intencionalmente esas sensaciones, sino seguir el curso natural. El tiempo de estar así sentado depende de los logros de cada cultivador. Cuanto más tiempo, tanto mejor el resultado. Cuanto más tiempo se siente uno, tanto mayor será su fuerza y tanto rápidamente obtendrá *Gong*. Al practicar este ejercicio, no pienses nada ni tengas ninguna intención. De este modo, gradualmente te volverás tranquilo, e irás de un estado semi-tranquilo entrando poco a poco a un estado de *Ding*.[22] Sin embargo, tu Consciencia Principal debe saber que estás haciendo la práctica.

Verso:

Youyi Wuyi[23]
Yinsui Jiqi[24]
Sikong Feikong[25]
Dongjing Ruyi[26]

Preparación: Sentarse con las piernas cruzadas. Mantener todo el cuerpo relajado, pero no flojo y la espalda erguida con el cuello recto. Encoger levemente la barbilla. Levantar la punta de la lengua contra el paladar. Mantener una apertura muy pequeña entre los dientes. Cerrar los labios, y cerrar ligeramente los ojos. Sentir compasión en el corazón y que la cara de una expresión de bondad y serenidad.

5-1 5-2 5-3

***Shuangshou Jieyin* (Unir las dos Manos)** en el lugar del abdomen inferior y entrar gradualmente en el estado de tranquilidad (Fig. 5-1).

***Da Shouyin* (Haciendo las Señales de Mano)**
Empezar con *Jieyin*. Subir lentamente las manos unidas. Cuando las manos estén en frente de la cabeza, soltar *Jieyin* y hacer girar gradualmente las palmas hacia arriba. Cuando las palmas miren hacia arriba las manos habrán llegado a la posición más alta (Fig. 5-2). Luego separar las dos manos y girarlas hacia atrás dibujando un arco sobre la cabeza, moviendo las dos manos respectivamente en cada frente oblicuo de la cabeza (Fig. 5-3). Hacer que las palmas miren hacia arriba con las puntas de los dedos hacia adelante (Fig. 5-4), y mantener los codos lo más cerca al cuerpo posible. Luego, mientras se extienden las dos muñecas, cruzarlas enfrente del pecho con la mano izquierda para el masculino o con la mano derecha para el femenino en el lado exterior (Fig. 5-5).

---

[22] *Ding*—un estado de meditación en donde la mente está completamente vacía, pero consciente.
[23] *Youyi Wuyi*—Como si Fuera Con Intención, Pero Sin Intención.
[24] *Yinsui Jiqi*—Los Movimientos de Mano Siguen al *Qiji*.
[25] *Sikong Feikong*—Como Vacío, Pero No Vacío.
[26] *Dongjing Ruyi*—Moverse o Volverse Quieto Con Facilidad.

5-4

5-5

5-6

Después de cruzar las dos manos y formar una "línea recta," hacer girar la muñeca de la mano exterior hacia afuera y hacer girar la palma hacia arriba dibujando la mayor parte de un arco con las puntas de los dedos mirando hacia atrás. Efectuar estos movimientos con cierta fuerza de las manos. Después de cruzar las manos, hacer girar gradualmente la palma interior hacia abajo hasta extender todo el brazo y seguidamente hacer girar la palma hacia afuera formando un ángulo de 30 grados entre el brazo y el cuerpo (Fig. 5-6).

5-7

5-8

5-9

Segunda Señal de Mano: A continuación, mover la mano izquierda para el hombre, la deracha para la mujer) (Fig. 56). Luego, mover (la mano superior) hacia abajo a lo largo del lado interior y mover la mano derecha hacia arriba mientras se hace girar la palma hacia el interior. Los movimientos de las manos comprenden el cambio de la mano izquierda y la mano derecha como el de la primera Señal de Mano, pero las posiciones de las manos son opuestas (Fig. 5-7).

5-10 5-11

Tercera Señal de Mano: Extender la muñeca derecha para el masculino (la muñeca izquierda para el femenino) y hacer girar la palma hacia el cuerpo. Después de cruzar las manos frente al pecho, hacer girar la palma derecha hacia abajo y extender el brazo oblicuamente hacia abajo hasta que la palma esté cerca de la pierna inferior frente al cuerpo y estirar el brazo. Al mismo tiempo, hacer girar la palma izquierda para el masculino (la palma derecha para el femenino) hacia el interior y moverla hacia arriba. Después de cruzar las manos, hacer girar la palma hacia arriba mientras la mueve hasta frente al hombro izquierdo (el hombro derecho para el femenino). Después de llegar la mano a la posición requerida, mantener la palma hacia arriba con las puntas de los dedos mirando hacia delante (Fig. 5-8).

Cuarta Señal de Mano: Intercambiar la postura de manos de la tercera Señal de Mano, es decir, ahora con la mano izquierda para el masculino (la mano derecha para el femenino) en el lado interior y con la mano derecha para el masculino (la mano izquierda para el femenino) en el lado exterior. Las posiciones de las manos son opuestas a las anteriores (Fig. 5-9). Los movimientos de las cuatro Señales De Mano son sucesivos y sin interrupción.

5-12 5-13

***Jiachi Qiuzhuang Shentong* (Reforzando los Poderes Divinos de la Forma Esférica)**
A continuación de la cuarta Señal De Mano, mantener la mano superior en el lado interior y la mano inferior en el lado exterior. Girar gradualmente la mano derecha para el masculino y moverla hacia abajo con la palma hacia el pecho. Elevar la mano izquierda para el masculino (la mano derecha para el femenino). Cuando los dos antebrazos estén frente al pecho y formen una línea horizontal (Fig. 5-10), extender las dos manos hacia ambos lados (Fig. 5-11), mientras se hacen girar las palmas hacia abajo.

Cuando las dos manos estén sobre el exterior de las rodillas, mantenerlas a nivel de la cintura con los antebrazos y las muñecas en el mismo nivel y con los brazos relajados (Fig. 5-12). Esta postura envía los poderes divinos desde el interior del cuerpo a las manos y para reforzarlos allí dándole una forma esférica. Durante el fortalecimiento, el centro de las palmas sentirán calor, peso, electricidad, entumecimiento, como si sostuvieran un peso, etc. Sin embargo, no se debe buscar intencionalmente tales sensaciones; simplemente dejar que ocurran naturalmente. Cuanto más tiempo se mantiene esta postura, tanto mejor será el resultado.

***Jiachi Zhuzhuang Shentong* (Reforzando los Poderes Divinos de la Forma Pilar)**
A continuación de la postura anterior, hacer girar la mano derecha para el masculino (la mano izquierda para el femenino) con la palma hacia arriba y moverla hacia el lugar del abdomen inferior. Cuando la mano llega a la posición requerida, colocarla por el abdomen inferior con la palma hacia arriba. Al mismo tiempo, subir la mano izquierda para el masculino (la mano derecha para el femenino) y moverla hacia la barbilla con la palma hacia abajo. Mantener la mano al nivel de la barbilla, y el antebrazo al mismo nivel de la mano. Ahora las dos palmas se miran mutuamente formando una postura fija (Fig. 5-13). Esta es la postura para reforzar los poderes divinos de la forma pilar, tales como la Palma de Trueno, etc. Mantén esta postura tanto tiempo como puedas.

Luego, dibujar un semicírculo con la mano superior enfrente del cuerpo y colocarla hacia el abdomen inferior. Al mismo tiempo, subir la mano inferior y hacer girar la palma mirando hacia abajo. Al subir la mano al nivel de la barbilla (Fig. 5-14), mantener el brazo al nivel del hombro.Las dos palmas se miran mutuamente. Esta es la postura también para reforzar los poderes divinos de la forma pilar, pero las posiciones de las manos son opuestas a las anteriores. Mantén esta postura hasta que ya no puedas mantenerla por el cansancio de tus brazos.

5-14 5-15 5-16

***Jinggong Xiulian* (Cultivando Tranquilidad)**
A continuación de la postura antedicha, dibujar un semicírculo con la mano superior enfrente del cuerpo y colocarla por el abdomen inferior. Unir las dos manos (Fig. 5-15) y entrar en la cultivación tranquila. Quedarse en *Ding* (concentración mental). Cuanto más tiempo se mantenga esta postura, tanto mejor será el resultado.

Postura Final: Mover las manos a *Heshi* y salir de la posición de *Ding*. Terminar la posición descruzando las piernas.

Algunos Requisitos Básicos y Puntos de Atención para Practicar Falun Gong

1. Los cinco juegos de ejercicios de Falun Gong se pueden practicar sucesivamente o selectivamente, pero usualmente el primer juego se practica primero por tres veces; aunque los demás juegos también se pueden practicar antes del primer juego. Cada juego puede ser practicado por separado.

2. Cada movimiento se debe hacer con exactitud y ritmo. Siguiendo el mecanismo de energía, las manos y los brazos deben moverse suavemente, despacio y naturalmente hacia arriba y hacia abajo, hacia adelante y hacia atrás, hacia la izquierda y la derecha, pero no con demasiada rapidez ni con demasiada lentitud.

3. Haz la práctica bajo el control de tu Consciencia Principal. Falun Gong cultiva esa Consciencia. No te tambalees intencionalmente. Contrólate cuando eso ocurra y abre los ojos si es necesario.

4. Mantén relajado el cuerpo, especialmente las rodillas y caderas. Si te pones demasiado rígido, los canales de energía serán bloqueados.

5. Durante la práctica de ejercicios, los movimientos deben ser ligeros y naturales, desencogidos y espontáneos, suaves pero firmes, coherentes y hábiles, con cierta fuerza, pero no rígidos ni tiesos. Así se producen mejores efectos.

6. Al acabar cada ejercicio, "sólo se termina la postura, pero no la práctica." Lo que debes hacer es sólo juntar las manos y esto significa la terminación de postura. No termines la práctica con *Yinian* (intención) porque el Falun nunca para de girar.

7. Aquellos que son débiles o han estado enfermos por un largo tiempo, pueden practicar menos o elegir un juego de ejercicio para practicar de acuerdo con sus condiciones físicas. Pueden hacer la práctica sentados con piernas cruzadas en vez de hacer ejercicios activos. Generalmente la práctica no debe ser interrumpida.

8. Durante la práctica, no hay requisitos específicos de localidad, tiempo o dirección. Sin embargo, se requiere que la localidad sea limpia y tranquila.

9. Este sistema de cultivación se practica sin intención y no se desviará. No mezcles Falun Gong con otras vías de cultivación, de otro modo, el Falun se deformará.

10. Durante la práctica, si te es realmente imposible entrar en estado de tranquilidad, puedes repetir el nombre del Maestro. A la larga, entrarás naturalmente en el estado de tranquilidad.

11. Durante la práctica, podrás encontrar algunas tribulaciones que son una forma de pagar la deuda kármica. Cuando te sientas incómodo, no creas estar enfermo. Para eliminar el karma y limpiar el camino de la cultivación, algunas tribulaciones vendrán más pronto y anticipadamente.

12. Si no puedes sentarte con piernas cruzadas, al comienzo puedes sentarte al borde de una silla, así puedes obtener también la misma efectividad. Sin embargo, como practicante, debes ser capaz de cruzar las piernas. A la larga, podrás realizarlo gradualmente.

13. Durante la práctica del ejercicio tranquilo, si ves algunas imágenes o escenas, no les prestes atención y continúa tu práctica. Si eres perturbado por algunos fenómenos terribles o amenazado por alguna cosa, piensa inmediatamente: "Estoy protegido por mi Maestro. No temo nada," o llama el nombre del Maestro Li, y continúa tu práctica.

CAPÍTULO V

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

I. El Falun (Ley Rueda) y Falun Gong

P: ¿En qué consiste el Falun (Rueda de la Ley)?
R: El Falun es una entidad inteligente y compuesta de materia de alta energía. El Falun puede transformar automáticamente la materia en *Gong*, esa no existe en nuestra dimensión.

P: ¿Cómo se ve el Falun?
R: Sólo se puede decir que el Falun es de color amarillo dorado. Este color no existe en nuestra dimensión. El fondo del círculo interior es un rojo muy brillante. El fondo del círculo exterior es anaranjado. Hay dos símbolos negros y rojos del Taichi que pertenecen a la Escuela Tao. Hay también otros dos símbolos del Taichi que son rojos y azules que pertenecen a la escuela del Gran Pre-Taoísmo. Estas son dos escuelas diferentes. El símbolo esvástico 卍" es amarillo dorado. La gente con el *Tianmu* (Tercer Ojo) abierto a un nivel más bajo, puede ver el Falun girando en forma similar al de un ventilador eléctrico. Si alguien lo puede ver claramente, verá que es hermoso y le será de inspiración al practicante en su camino de cultivación.

P: ¿Inicialmente, dónde está localizado el Falun? ¿Dónde se localiza más tarde?
R: Realmente, yo sólo les doy un Falun. Aquel está ubicado en la parte inferior del abdomen, donde está localizado el *Dan*. Ese es el Falun que se cultiva y se mantiene allí en ese mismo lugar. Su posición no cambia. Alguna gente puede ver muchos Falun girando. Aquellos son usados externamente por mi Cuerpo Ley para ajustar sus cuerpos.

P: ¿Se puede desarrollar el Falun a través de la práctica y la cultivación? ¿Cuántos de ellos pueden ser desarrollados? ¿Hay alguna diferencia entre estos y el dado por el maestro?
R: El Falun puede ser desarrollado a través de la práctica y la cultivación. Mientras tu Potencia de Energía continúa fortaleciéndose, más y más Falun se desarrollarán. Todos aquellos son iguales. Lo único es que el Falun localizado en el área inferior del abdomen no se mueve de allí, porque esta es la raíz.

P: ¿Cómo puede uno sentir y observar la presencia y la rotación del Falun?
R: No hay necesidad de sentirlo u observarlo. Algunos son muy sensibles y sentirán la rotación del Falun. Durante el período inicial, después que el Falun te es instalado, tal vez puedas sentir un malestar en tu cuerpo, puede que tengas dolor abdominal o sientas como si algo se moviera y una sensación de calor, etc. Después de que te hayas adaptado a él, no tendrás ninguna sensación, pero la gente con capacidades sobrenaturales lo puede ver. Es igual que con el estómago, tú no sientes los movimientos peristáticos de tu estómago.

P: La dirección en la que gira el Falun del emblema, no es igual al del pase del estudiante (refiriéndose al primer y segundo seminarios). El Falun impreso en el pase del estudiante gira en dirección contra las manecillas del reloj. ¿Por qué?
R: La meta es darles algo bueno. Su emisión externa de energía ajusta el cuerpo de todos. Por consiguiente, no gira en sentido de las manecillas del reloj. Lo puedes ver girar.

P: ¿En qué momento instala el Maestro el Falun en los estudiantes?
R: Nosotros deseamos discutir esto con todos ustedes aquí. Tenemos estudiantes que han practicado muchos diferentes ejercicios de cultivación y es difícil purificar sus cuerpos. La dificultad radica en el hecho de que tenemos que eliminar todo lo malo que exista en sus cuerpos y mantener todo lo bueno. Por lo tanto, este es un paso adicional. Después de eso, el Falun puede ser instalado. De acuerdo al nivel de su cultivación, varía el tamaño del Falun que ha sido instalado. Algunos nunca han practicado *Qigong*, pero tienen buenas cualidades innatas. A través de reajustes, a algunos se les puede eliminar sus enfermedades, dejando el nivel del *Qi* y entrando al estado de un "Cuerpo Blanco Como Leche." Bajo esas circunstancias, el Falun también puede ser instalado. Otros estudiantes tienen una salud pobre. Constantemente se encuentran bajo ajustes. ¿Cómo puede ser instalado el Falun antes de que se hayan completado esos ajustes? Ellos son sólo una minoría. No importa. Yo ya les he instalado el *Qiji* que puede ayudarles a formar el Falun.

P: ¿Cómo lleva uno el Falun?
R: Este no es llevado en tu cuerpo físico. Yo emito el Falun y lo implanto en tu abdomen inferior. No se encuentra en nuestra dimensión material, sino en una diferente. Si estuviera en esta dimensión, con los intestinos que están allí en el bajo abdomen, ¿qué pasaría si comenzara a girar? El Falun existe en otra dimensión y no está en conflicto con esta.

P: ¿Continuará dando Falun en su próxima clase?
R: Tú sólo obtienes uno. Alguna gente siente la rotación de muchos Falun. Estos son para uso externo, con el solo propósito de ajustar tu cuerpo. La característica más sobresaliente de nuestro sistema de cultivación es emitir hileras de Falun cuando la energía es liberada. Tú ya tienes muchos Falun girando en tu cuerpo y ajustándolo aún cuando no estás practicando. El Falun que verdaderamente les he dado es el que está localizado en el abdomen inferior.

P: ¿Si dejo de practicar, desaparecerá el Falun? ¿Por cuánto tiempo puede permanecer en mi cuerpo el Falun?
R: Tú lo tendrás mientras te consideres un cultivador y continúes con los requisitos del *Xinxing* que yo he expuesto. Aún cuando no practiques, no sólo que no desaparecerá, sino que seguirá reforzándose. Inclusive tu Potencia de Energía continuará creciendo. Por el contrario, si tú practicas más diligentemente que cualquier otro, pero fallas en comportarte en una manera consistente con el *Xinxing* que yo solicito, temo decirte que tu práctica será en vano. Aunque practiques no tendrás resultados. No importa que clase de sistema practiques, si no lo haces de acuerdo a los requisitos que se te pide en la cultivación, es muy probable que lo que estés practicando sea una práctica perversa. Si solamente guardas cosas malas en tu mente y piensas por ejemplo, "Que malo es esto o aquello; ya me encargaré de esa persona cuando desarrolle capacidades," etc., inclusive aunque estés aprendiendo Falun Gong, cuando estás añadiendo estas cosas y no sigues la guía de mi *Xinxing*, ¿Acaso, no estás también practicando una práctica perversa?

P: El maestro frecuentemente dice, "No podrías conseguir el Falun aunque pagues $100 millones de yuans." ¿Qué significa esto?
R: Significa que el Falun es muy valioso. Lo que te doy no es solamente el Falun. Otras cosas que garantizan tu cultivación son también muy valiosas y no pueden ser intercambiadas por ninguna cantidad de dinero.

P: ¿Las personas que llegaron tarde, pueden obtener el Falun?
R: Si viniste antes de los tres últimos días, tu cuerpo puede ser ajustado y el Falun instalado, entre muchas otras cosas. Si llegas durante los últimos tres días, sería difícil decirlo; pero de todas formas recibirás ajustes. Es difícil instalar tales cosas. Tal vez, si tienes buenas condiciones, se te podrían instalar.

P: ¿Es el Falun lo único que se usa para rectificar condiciones anormales del cuerpo humano?
R: La rectificación no es lo único que depende del Falun. El Maestro usa muchos otros métodos para su rectificación.

P: ¿Cuál es el pasado prehistórico de la creación de Falun Gong?
R: Pienso que esta es una pregunta muy amplia y también de un alto nivel. Sobrepasa lo que estamos autorizados a saber en el nivel que estamos. No puedo discutirlo ahora. Pero hay algo que debes entender. Este no es el *Qigong* del Budismo; este es el *Qigong* de la Escuela Buda. Esto no es Budismo. Sin embargo, tenemos las mismas metas que el Budismo. Lo que ocurre es que somos dos métodos de cultivación distintos, tomando dos diferentes vías, pero nuestra meta es la misma.

P: ¿Qué tan larga es la historia de Falun Gong?
R: El sistema de práctica que yo originalmente practiqué, es un poco diferente al sistema que hice público. El Falun que yo cultivé es más poderoso del que ha sido enseñado y trasmitido. Además, el *Gong* se desarrolla más rápidamente de lo que está permitido en este sistema. A pesar de ello, el sistema de práctica que yo introduje al público todavía permite el crecimiento rápido del *Gong*, pero los requisitos del *Xinxing* son más estrictos y más altos. Las cosas que yo di a conocer al público han sido arregladas con menos requisitos, pero aún así son más estrictas que otras vías de cultivación. Como es diferente de lo que fue originalmente, soy llamado el fundador de este sistema de cultivación. En referencia a lo largo de la historia de Falun Gong, sin contar los años que no fue público, puedes decir que comenzó desde el último Mayo (1992) cuando empecé a enseñarlo en el Nordeste de China.

P: ¿Qué es lo que nos está dando el Maestro durante sus lecturas?
R: Le doy a cada uno el Falun. Hay un Falun para la cultivación y hay Falun para reajustar el cuerpo. Al mismo tiempo, mi Cuerpo Ley está cuidando de ti a condición de que seas un practicante de Falun Gong. Si no eres practicante, el Cuerpo Ley naturalmente no cuidará de ti. Mi Cuerpo Ley sabe clara y exactamente lo que estás pensando.

P: ¿Puede la cultivación de Falun Gong permitirme lograr el Fruto Verdadero?
R: Dafa (la Gran Ley) no tiene límites. Inclusive, si tú te hubieras cultivado hasta el nivel del "Tathagata," todavía no es el fin. Esta es una Ley Ortodoxa, sigue adelante y cultívate. Lo que conseguirás será el Fruto Verdadero.

II. Principios de Cultivación y Práctica

P: Alguna gente sueña que se ve claramente flotando en el cielo después de que hayan terminado "el Circuito Celestial." ¿De qué se trata todo eso?
R: Te digo que esas cosas no son sueños cuando ocurran durante la meditación sentada o soñando. Aquello sucede cuando tu Espíritu Principal (*Yuanshen*) sale del cuerpo. En un sueño verdadero no puedes ver tan claramente o con tanto detalle. Sólo cuando el Espíritu Principal abandona el cuerpo, lo que ves y la forma en que flotas puedes verlo como si fuera real y puedes recordarlo claramente.

P: Si el Falun se deforma, ¿qué consecuencias malas tendrá?
R: Esto quiere decir que te has desviado y el Falun perderá su efectividad. Más aún, te traerá una cantidad de problemas en tu cultivación. Es como si escogieras no caminar por la vía principal, sino por un camino lateral, donde estás perdido y sin poder encontrar a donde ir. Te encontrarás con problemas. Esto se reflejará en tu vida diaria.

P: ¿Cómo limpias el ambiente del hogar? ¿Puede el Falun estar en la casa?
R: Muchos de ustedes que están sentados aquí ya han visto la presencia del Falun en sus hogares. Los familiares ya han comenzado a ser beneficiados. Como ya mencionamos, simultáneamente existen muchas dimensiones en el mismo lugar y tu hogar no es una excepción. Se necesita limpiarlo. La manera de limpiarlo, generalmente es desechando las cosas malas y luego instalando un escudo energético de tal manera que nada malo lo pueda penetrar.

P: Durante la práctica, siento que un punto enfermo se hincha y duele cuando es atacado por la energía en circulación. ¿Cómo se explica esto?
R: La enfermedad es una masa de energía negra. Después de que la rompa en varios pedazos en la primera etapa de las sesiones de lectura, sentirás que aquel sitio se hinchará. Como quiera que sea, aquello ha perdido su raíz y ha comenzado a descargar hacia afuera. Muy pronto, será expulsado y la enfermedad dejará de existir.

P: A los pocos días de atender el seminario, mis viejas enfermedades desaparecieron, pero pocos días más tarde volvieron a surgir. ¿Por qué?

R: Esto es debido a que el mejoramiento se adquiere rápidamente con nuestro sistema de cultivación, pasando rápidamente de un nivel a otro. Tu enfermedad se elimina antes de que te des cuenta. Los síntomas que más tarde se presentan son las referidas "tribulaciones" que mencionamos. Siéntelas y obsérvalas cuidadosamente. Esos no son los síntomas de tu enfermedad original. Si buscas a otro maestro de *Qigong* para que te ayude, él no podrá hacer nada. Esto es la manifestación de tu karma mientras estás desarrollando el *Gong*.

P: ¿Es necesario que un practicante tome medicamentos?
R: Sobre este asunto, debes pensar y decidirlo por ti mismo. Tomar medicamentos durante la cultivación implica que tú no crees en los efectos curativos de la cultivación. Si creyeses en ellos, ¿por qué deberías tomar medicamentos? Como sea, si no te mantienes estable en los requisitos del *Xinxing*, una vez que aparezcan los problemas, dirás que el maestro Li Hongzhi te dijo que no debes tomar medicamentos. Como quiera que sea, Li Hongzhi también ha pedido que mantengas estrictamente un alto nivel de *Xinxing*. ¿Lo has hecho así? Un cultivador verdadero de la Gran Ley lleva consigo cosas sobrenaturales que no posee la gente común. Todas las enfermedades que tiene la gente común no se permite que ocurran en tu cuerpo. Si tu mente es correcta y crees que la cultivación puede curar tus enfermedades, si dejas de tomar medicamentos, no te preocupas y no buscas tratamiento, alguien naturalmente los curará por ti. Todos ustedes están sintiéndose mejor y mejor cada día. ¿Por qué es esto? Mis Cuerpo Ley han estado ocupados yendo y viniendo en los cuerpos de ustedes, ayudándoles de esta manera a eliminar sus enfermedades. Si tu mente no es firme en tu creencia, eres escéptico y solo piensas, "a ver si funciona," entonces no obtendrás nada. El que creas o no en los Budas, aquello está determinado por tu cualidad de entendimiento y cualidades innatas. Si aquí aparece un Buda, el cual pudiera ser visto claramente por los ojos humanos, entonces, todos irían a estudiar al Buda. Por eso, el asunto de cambiar tu pensamiento no existiría. Primero tienes que creer y luego podrás verlo.

P: Algunas personas piden al maestro y a sus discípulos que les traten sus enfermedades. ¿Es esto aceptable?
R: Yo no salí al público para tratar enfermedades. Hay personas que están destinadas a sufrir enfermedades. Parece ser que hay personas que nunca comprenderán las palabras que he dicho, pero no voy a dar más explicación. Dado que las prácticas del sistema de la Escuela Buda son para salvar a todos los seres vivientes, es aceptable tratar enfermedades. Sin embargo nosotros tratamos a pacientes de una manera organizada con el propósito de dar publicidad a nuestro sistema de cultivación. En vista de que recién he aparecido en público y no soy bien conocido, otros no me reconocerán y tal vez ninguno atienda mis lecturas. A través de consultas en las cuales curamos enfermedades, dejamos a todos que vean lo que es Falun Gong. Los resultados de esta promoción fueron muy buenos. Por eso, no lo hicimos exclusivamente con el propósito de tratar enfermedades. No es permisible usar el poderoso *Gong* para tratar enfermedades profesionalmente, ni tampoco es permitido reemplazar las leyes de este mundo con las leyes sobrenaturales. De otra manera, los resultados de curar enfermedades no serían buenos. Para ser responsable a los estudiantes cultivadores, nosotros debemos afinarles sus cuerpos a tal estado donde no haya más enfermedad. Sólo así podrás cultivarte hacia niveles más altos. Si siempre te preocupas de tus enfermedades y en realidad no deseas cultivarte, aunque no digas nada, mi *Fashen* (Cuerpo Ley) claramente conoce tus pensamientos y eventualmente no obtendrás nada. Durante nuestra clase, hemos ajustado sus cuerpos. Por supuesto, primero debes ser un practicante. Yo no haré tal cosa como cobrar dinero cuando trate tus enfermedades durante mis sesiones de lectura. Si tus enfermedades no han sido curadas, eso todavía es un asunto de tu habilidad de entender la Ley. Ciertamente no excluimos los casos en los cuales algunos individuos puedan estar muy enfermos. Puede ser que no tengan síntomas aparentes pero sus enfermedades son realmente muy, muy graves. Tal vez, un solo ajuste no sea suficiente, pero he hecho mi mejor intento. No es que no seamos responsables, en realidad es que la enfermedad es muy grave. Cuando vayas a casa y te cultives, seguiremos tratándote hasta que estés completamente curado. Estos casos son muy raros.

P: ¿Cómo entramos en tranquilidad durante la práctica? ¿Está considerado como un apego cuando pensamos en problemas de nuestro trabajo mientras practicamos los ejercicios?
R: Toma los asuntos relacionados a tus intereses personales ligeramente y mantén una mente limpia y clara a todo tiempo. Si estás preparado y sabes cuando vendrán y cuales serán las tribulaciones, para entonces dejarán de ser tribulaciones. La mayor parte de las veces, aparecen repentinamente y de la nada. Si tú estás absolutamente determinado, seguro que las pasarás. Esto es una indicación del nivel de tu *Xinxing*. Una vez que tus apegos se eliminen, tu *Xinxing* se haya mejorado, así como también hayas eliminado tus pleitos y peleas con otros, tu hostilidad y reproches, y tus pensamientos se clarifican, ya entonces podrás hablar acerca de la habilidad de obtener la tranquilidad. Si todavía no pudieses obtener tranquilidad, imagina que tú mismo fueras otra persona y piensa que aquellos pensamientos no son tuyos. No interesa cuán turbulentos sean tus pensamientos, debes salirte de ellos y dejarlos que fluyan libremente. Hay quienes sugieren salmodiar el nombre de Buda o contar números. Todos estos son métodos usados en la práctica. Nuestro sistema de cultivación no requiere que tengas que enfocar la atención en algo, pero debes ser consciente de que estás practicando. No es malo que pienses sobre el problema que se te presente en el trabajo. Esto no es un apego porque no tiene nada que ver con tus intereses personales. Conozco un monje que tiene un gran entendimiento sobre la cultivación. Siendo el abate de un templo, tenía muchos quehaceres. Pero cuando él se sentaba en meditación, ponía todas estas cosas a un lado y no las pensaba para nada. Esto también es un logro en la

cultivación. Cuando tú realmente estás practicando, es posible que vacíes la mente de todo pensamiento, sin ninguna idea egoísta o consideraciones personales.

P: ¿Qué debemos hacer cuando aparecen malos pensamientos durante la práctica?
R: En el proceso de la práctica muchas cosas malas pueden aparecer en tu mente. Siendo principiante no puedes esperar alcanzar un muy alto nivel de consciencia. En el presente, no sería realista exigirte demasiado a ti mismo o que estés totalmente libre de malos pensamientos. Puedes tomar tu tiempo al comienzo. Pero no debes divagar. A medida que pasa el tiempo y tu consciencia se ha elevado a un nivel más alto, debes exigir más de ti mismo. Siendo practicante de la Gran Ley y teniendo cosas extraordinarias en tu cuerpo, ya no serás una persona común cuando hayas completado la sesión de lecturas, entonces debes ser estricto en mejorar tu *Xinxing*.

P: Cuando practico, siento que algo da vueltas en mi cabeza y en mi bajo abdomen y siento molestias en mi pecho. ¿Por qué?
R: Esto es porque en el estado inicial de la práctica tu sientes el Falun girar en tu cuerpo. Después tales síntomas no están supuestos aparecer.

P: ¿Qué debemos hacer cuando atraemos animales pequeños durante la práctica?
R: En cualquier clase de cultivación atraerás pequeños animales. Ignóralos, no les hagas caso. Un campo de energía positivo, particularmente el del *Qigong* de la Escuela Buda, tiene el poder de ayudar y salvar a todos los seres vivientes. Cuando el Falun gira en dirección de las manecillas del reloj, nos está ayudando, cuando gira en dirección opuesta, está ayudando a otros. Luego, vuelve a girar en el sentido opuesto y comienza otra vez. Por consiguiente, todo a nuestro alrededor se beneficia.

P: En el ejercicio "Penetrando los Dos Extremos Cósmicos," ¿es contado como una vez cuando la mano se mueve hacia arriba y abajo? Cuándo practicamos "Buda Mostrando Las Mil Manos," ¿debo imaginarme ser muy alto y grande antes de estirar las manos?
R: Es contado como una vez después de que cada mano se mueve arriba y abajo una vez. Cuando haces el ejercicio, "Buda Mostrando Las Mil Manos," no pienses en ti mismo. Naturalmente te sentirás alto y grande. Sólo tienes que sentir que tú eres lo más grande entre el cielo y la tierra. Sólo el pararte allí será suficiente. No lo hagas con intención (*Yinian*), porque esto sería un apego.

P: ¿Cuándo estoy practicando la meditación sentada, que pasa si no puedo cruzar las piernas en posición de loto?
R: Si no puedes cruzar las piernas al principio, puedes sentarte en el borde de una silla. La efectividad es la misma. La meta final es tener la capacidad de cruzar las dos piernas sentado.

P: ¿Qué debo hacer cuando alguien en mi familia hace algo malo y va en contra del principio, "Zhen, Shan, Ren?"
R: Si él no es un practicante de nuestro sistema de cultivación déjalo en paz. Tú tarea principal es cultivarte a ti mismo. Cuida de tus propios asuntos. No te preocupes tanto. Sé tranquilo y haz más esfuerzo contigo mismo.

P: En la vida diaria algunas veces me siento amargado por haber hecho algo malo. Pero después lo vuelvo a repetir. ¿Esto es porque mi Xinxing está muy bajo?
R: Tu confesión comprueba que tu *Xinxing* ha mejorado porque te has dado cuenta de tu error. Una persona común no se da cuenta cuando está haciendo algo malo. Esto significa que ya no eres una persona común. No es de sorprender que llegues a fallar en el cuidado de tu *Xinxing* y hagas algo malo por primera vez. Cuando vuelvas a encontrar el mismo problema de nuevo sabrás como mejorarte a ti mismo.

P: ¿Podrá un practicante en sus cuarenta o cincuenta años alcanzar el estado de "las tres flores reunidas encima de la cabeza?"
R: Como nuestro sistema de cultivación integra ambos mente y cuerpo, no tienes que preocuparte de la edad. Mientras practiques de corazón y te comportes en acuerdo con los requisitos del *Xinxing* que yo he establecido, extenderás tu vida incesantemente a través de la práctica continua. ¿Por qué te preocupas del tiempo? Tienes que tomar en cuenta que cuando practiques un sistema de cultivación, especialmente el que cultiva mente y cuerpo y se te extiende la vida, estarás en peligro tan pronto tu *Xinxing* se desvíe por el mal. Como tu vida ha sido extendida para la cultivación y tu *Xinxing* se ha desviado, tu vida correrá peligro inmediatamente.

P: ¿De qué manera puedo usar mi fuerza para lograr el efecto de, "firme pero sutil," cuando estoy haciendo los ejercicios?
R: Lo tienes que encontrar por ti mismo. Pero puedo decirte que cuando yo hago los grandes gestos de Buda, las hago con fuerza aunque mis manos parezcan muy sutiles. De hecho mis antebrazos, mis muñecas y mis dedos están firmes, pero se ven muy suaves. Esto se llama, "firme pero sutil." Cuando yo los hago, les estoy equipando con el mecanismo y lo pueden experimentar en su práctica.

P: ¿Es indispensable tener sexo? ¿Es necesario que un practicante joven se divorcie?
R: Ya hablé del sexo anteriormente. No se te pide que actúes como un moje o una monja en tu nivel presente. Eres tú mismo quien lo quiere hacer. Lo que sí es crucial es renunciar a este apego. Tienes que renunciar a todos los apegos a los que te aferras. El sexo es un deseo de la gente común. Nosotros como practicantes debemos dejar este apego y tomarlo ligeramente. Algunas personas se le antoja nada más que eso. Sus mentes están llenas de tales cosas y exceden aún lo que es apropiado para la gente común, y más aún para un practicante. Si eres un practicante y tu esposa no lo es, puedes vivir una vida normal en el estado presente. Cuando llegues a cultivar a un alto nivel, sabrás como manejar este problema.

P: ¿Me puedo dormir cuando estoy sentado con las piernas cruzadas? ¿Cómo puedo lidiar con el sueño? Algunas veces entro en un estado de coma por tres minutos. ¿Por qué?
R: No funciona dormirse en la práctica sentada. ¿Cómo te vas a dormir cuando practicas? El dormir en la práctica sentada es también una clase de interferencia demoníaca. El entrar en estado de coma es un fenómeno que no debe ocurrir. Siento que no usaste la palabra apropiada. No importa si no hay nada en tu mente por tres minutos. Un practicante con un alto poder de concentración a menudo se encuentra a sí mismo en un estado de mente vacía. Pero no debes estar en tal estado por mucho tiempo.

P: ¿Podrán todos los practicantes completar el logro verdadero si es que están determinados para hacerlo ¿Qué puedo hacer si mis cualidades innatas no son muy buenas?
R: Todo depende de tu determinación. Lo que cuenta es qué tan grande es tu determinación. Siendo un practicante de cualidades innatas pobres, aún todo depende de tu determinación y cualidad de entendimiento.

P: ¿Puedo seguir practicando cuando tengo un resfriado y fiebre?
R: Si te digo que ya no sufrirás ninguna enfermedad después de esta sesión, no me vas a creer. ¿Por qué a veces mis discípulos tienen fiebre como si tuvieran un resfriado? La razón es que están pasando una tribulación. Eso indica que estás avanzando en tu cultivación. Ellos mismos saben el por qué, así que nunca le ponen atención.

P: ¿Una mujer embarazada puede practicar Falun Gong?
R: Sí, ella puede. El Falun se implanta en otra dimensión y no existen movimientos violentos en nuestros ejercicios de cultivación. Así que no tendrá malos efectos para ella. Al contrario, le hará bien.

P: ¿Cuando el Maestro nos deje, habrá una separación física?
R: Mucha gente tiene este tipo de pensamiento, "¿Qué haremos cuando el Maestro ya no esté en Beijing?" Se van a encontrar con el mismo problema cuando practiquen otros sistemas de cultivación. El Maestro no puede estar vigilándolos todos los días. La Ley se las he transmitido a ustedes, les he dicho los principios. Los ejercicios de cultivación se los he enseñado. Les he dado un juego completo de cosas. Ahora sólo depende de cómo se cultiven a sí mismos. No está bien que ustedes piensen que sólo podrán obtener la perfección únicamente si yo estoy con ustedes, y no cuando ya no esté con ustedes. Tomen el Budismo como ejemplo, Sakyamuni murió hace más de 2,000 años. Acaso no se siguieron legando las enseñanzas y práctica de Buda plenamente. Así que, todo depende de ti si tú practicas o no.

P: ¿Aparecerá el Bigu (El ayuno) en la práctica de Falun Gong?
R: No, no será así. La abstinencia de alimentos fue un método de cultivación de la Escuela de la Gran Vía que existió antes de la existencia de la Escuela Buda y la Escuela Tao. Había existido antes que las religiones fueran establecidas y generalmente fue adoptado por practicantes solitarios. En ese entonces no se habían establecido los monasterios así que un practicante tenía que practicar en medio de las montañas. Nadie le abastecía con alimentos y tenía que vivir en reclusión por seis meses o un año completo. Así que él adoptó este método. Pero ahora ya no tenemos que adoptar este método, porque el ayuno es sólo un auxiliar que se usa bajo ciertas circunstancias especificas. No es un poder sobrenatural. Esto no es otra cosa más que alguien enseñando su método. Yo digo que destruiría el estado normal de la sociedad humana si todo el mundo dejase de tomar alimentos. Esto crearía problemas. Si todos no comemos nada, ¿le podríamos llamar a esto una sociedad humana? No, estas cosas no deben de ser así.

P: ¿A qué nivel me puede llevar este juego de cinco ejercicios?
R: Estos ejercicios son suficientes para llevarte a un nivel extremadamente alto. Pero claro, tú mismo sabrás con el tiempo qué nivel puedes alcanzar. La cultivación no tiene fin. Cuando realmente has llegado a ese nivel, tendrás la suerte de obtener la Gran Ley a un nivel más alto.

P: ¿Cómo la Ley (Fa) refina al cultivador y el Falun no cesa de girar, significa esto que no es necesario practicar los ejercicios?
R: Las vías de cultivación de *Qigong* son diferentes de la cultivación en un templo. De hecho los monjes en los templos no sólo cultivan sus mentes, pero deben sentarse en meditación. El *Gongfu* viene de esa práctica. Tú

no puedes esperar incrementar el *Gong* sin someterte a la práctica. Si uno sólo habla sobre la cultivación, yo diría que no es un practicante. Cualquier sistema de cultivación contiene un juego de cosas para trasmitir, y tienes que desarrollarlas a través de la cultivación y la práctica.

P: Practicantes de otras escuelas de Qigong dicen que la vía de cultivación que no usa la intención no se le puede llamar una vía de cultivación. ¿Es esto correcto?
R: Tú podrás escuchar que la gente dice esto y aquello, pero nadie te hablará sobre Dafa (Gran Ley) como yo lo he hecho. La Escuela Buda dice que uno no alcanzará un alto nivel practicando el camino del "hacer." El significado del "hacer" no se refiere a la acción. El sentarse en meditación o hacer los gestos de Buda también es un tipo de acción, pero no tiene nada que ver con tus movimientos. Depende de tu mente si es el "hacer" o "hacer-sin-hacer." Si tú quieres usar tu intención y tienes algún deseo por algo, entonces tienes un apego. Esto es el "hacer" mencionado anteriormente.

P: ¿El Xinxing no es equivalente a las virtudes (De)?Usted dice que la virtud determina los niveles, pero después dice que el nivel del Xinxing determina el nivel del Gong. ¿Acaso estas declaraciones no son contradictorias?
R: Quizá no me escucharon claramente. El *Xinxing* cubre un área extensa, siendo la virtud parte de ella. También incluye *Ren* (Tolerancia), que es la habilidad de aguantar sufrimientos, cualidad de entendimiento, y como manejas los conflictos, etc. Todos estos son asuntos de *Xinxing* que también incluye la transformación del *Gong* y la virtud. Este asunto tiene un sentido amplio. Cuánta virtud tengas no indica cuánto *Gong* posees. Más bien se refiere a cuánto *Gong* desarrollarás en el futuro. Sólo a través del mejoramiento del *Xinxing* podrá la virtud transformarse en *Gong*.

P: Cada miembro de la familia practica un tipo diferente de Qigong. ¿Se interferirán el uno con el otro?
R: No, no con Falun Gong. Yo no puedo decir si otros sistemas de práctica interferirán entre ellos, pero con nuestro Falun Gong, ninguno es capaz de interferir con él. Al contrario, ellos se beneficiarán y tú no te desviarás porque cultivas la Ley Ortodoxa.

P: Hay muchas cosas que están prevaleciendo en la sociedad, tales como las cartas en cadena. ¿Cómo debemos tratar con ellas?
R: Les diré que estas cosas son puro engaño. No regreses esa carta, eso es simplemente una pérdida de tiempo. No tienes que tratar con eso. Tú puedes ver si esto es correcto o no con sólo mirarlo. Nuestra Ley (Fa) exige requisitos muy estrictos para la cultivación del *Xinxing*. Yo llamo a muchos maestros de *Qigong* negociantes, quienes usan el *Qigong* como una forma de mercancía. Lo convierten en un bien a cambio de dinero. Esta clase de gente en realidad no tiene nada para enseñar. Si acaso poseen algo para enseñarte, será barato y malévolo.

P: ¿Qué debe hacer un practicante de Falun Dafa que ha sido formalmente convertido al Budismo? ¿Debe él retirarse de este?
R: El Budismo no tiene nada que ver con nuestro sistema de cultivación. Aunque hayas sido convertido formalmente al Budismo, esto es solo una formalidad.

P: Hay varios de nosotros quienes sienten hinchazón y mareos en la cabeza desde que empezamos a estudiar la vía de cultivación. ¿Por qué?
R: Esto puede ser porque ustedes son nuevos estudiantes cuyos cuerpos no han sido ajustados plenamente. Yo emito energía muy poderosa. Cuando el *Qi* malo sale te hará sentir la cabeza hinchada. Esto sucede cuando estamos tratando la enfermedad en tu cabeza y es algo bueno. Sin embargo, mientras más rápido se elimina la enfermedad más fuerte será la reacción. Cuando tuvimos seminarios de siete días alguna gente no pudo aguantarlo. Ciertos problemas pueden surgir si nosotros acortamos las sesiones aún más. Parece que un seminario de diez días es más seguro. La gente que llegó tarde puede tener reacciones aún más fuertes.

P: ¿Podemos fumar cigarrillos o beber durante la cultivación? ¿Qué pasa si tenemos que beber debido a la naturaleza de nuestro trabajo?
R: Así es como yo veo este tema. El *Qigong* de la Escuela Buda prohíbe la bebida alcohólica. Después de un largo tiempo sin beber, quizá quieras volver a beber otra vez. Déjalo gradualmente, pero no tomes mucho tiempo, sino de lo contrario serás penalizado. En referencia al fumar, yo pienso que es un asunto de fuerza de voluntad. Mientras estés decidido a abstenerte, tendrás éxito. La gente común a menudo piensa: "Hoy voy a dejar de fumar," y varios días después empiezan a fumar otra vez. Después de un par de días vuelven a pensarlo e intentan dejarlo otra vez. De esta manera nunca serán capaces de dejar de fumar. La gente común vive en este mundo e inevitablemente tienen relaciones sociales y tienen que tratar con personas. Pero una vez que tú hayas empezado a cultivarte, ya no debes considerarte una persona común. Mientras tú tengas fuerza de voluntad, lograrás tu meta. Uno de mis estudiantes sigue fumando cigarrillos. Él puede dejarlos por sí mismo pero cuando otra persona le ofrece uno, él es demasiado amable para rechazarlo. Él quiere fumar y se siente mal cuando no fuma por un par de días. Pero si él vuelve a fumar otra vez, nuevamente se sentirá mal. Tienes

que ejercer el control sobre ti mismo. Algunas personas están en el negocio de relaciones públicas, que exige frecuentemente tomar vino y cenar con huéspedes. Esto es un problema difícil de resolver. Has lo mejor que puedas de beber lo menos posible e intenta encontrar la solución por ti mismo.

P: ¿Cuando yo no sea capaz de ver el Falun girar, si yo intento girarlo con la intención de mi mente en una dirección contraria a la que está girando, afectará eso al Falun?
R: El Falun gira automáticamente y no hay necesidad que lo gires con tu intención. Voy a enfatizarlo nuevamente, no uses la intención, porque tú no puedes controlar el Falun. Sería equivocado pensar que tu intención pudiese girarlo en otra dirección. Mientras los Falun ajustan tu cuerpo exteriormente pueden recibir tu mensaje de intención y darte alguna sensación. Sin embargo, yo les aconsejo que no hagan eso. Ustedes no pueden refinarse de una manera artificial. Si practicas con intención acaso no eres tú el que está refinando la energía de cultivación (*Gong*). Debe ser el Falun y La Gran Ley los que refinen al practicante en nuestro sistema de cultivación. ¿Por qué apegarse siempre a la intención? La intención no se usa en ningún sistema de cultivación de alto nivel, incluyendo aun la cultivación de la Escuela Tao.

P: Para que un practicante logre los mejores resultados, ¿Qué tiempo, lugar y dirección deben usar los ejercicios de cultivación? ¿Cuántas veces debo hacerlos? ¿Es correcto hacerlos justo antes o después de comer?
R: El Falun es redondo. Es la miniatura del universo. Nosotros cultivamos de acuerdo con principios del universo. El universo está en movimiento así que podemos decir que "la Ley refina al practicante." El Falun te refina aún cuando no estás haciendo los ejercicios. Por lo tanto nuestro sistema de cultivación es completamente diferente de cualquier otro sistema que se haya hecho público. Es el único caracterizado por "la Ley refina al practicante." Todos los otros sistemas pertenecen a la Escuela de Alquimia Interna. Ellos refinan artificialmente para desarrollar el *Dan*. Nosotros no tenemos que hacer esto. Tú puedes practicar la vía de cultivación en cualquier momento. Cuando no practicas, el *Gong* te refina. No hay ninguna hora específica para practicar los ejercicios. Depende de ti cuanto tiempo quieras dedicarle a la práctica. Si no tienes mucho tiempo, practica menos. No hay requisitos rígidos para practicar, sólo se exige que seas estricto con tu *Xinxing*. Nuestro sistema de cultivación no da importancia a la dirección. Tú puedes encarar cualquier posición cuando practicas. Dado que el universo gira y se mueve, el Oeste que tú encaras no es necesariamente el Oeste. Lo mismo se aplica con el Este. Yo les he dicho a mis discípulos que encaren al Oeste sólo como signo de respeto, pero de hecho esto no afecta nada. Tú puedes practicar en cualquier localidad, dentro o fuera de tu hogar, pero debe ser un buen lugar, donde haya aire fresco y no existan cosas sucias como basura o lavatorios. No importa nada más. Puedes practicar antes o después de comer si no estás muy lleno. Si has comido mucho, puedes descansar un rato después de ingerir los alimentos. Por otro lado te va ser muy difícil entrar en tranquilidad si es que tienes mucha hambre. Así que haz lo que las circunstancias te requieran.

P: ¿Qué es lo que se debe hacer después de la práctica? ¿Debo frotarme la cara con mis manos?
R: Después de la práctica no tienes que evitar usar agua fría, ni tampoco es necesario frotarte la cara con las manos. Todos estos métodos fueron usados originalmente para abrir los puntos de acupuntura y los canales de energía en el cuerpo humano. Como cultivador de la Gran Ley no tienes que hacer esto. Ya no estás en la etapa original en la cual te fue primeramente ajustado tu cuerpo. Parece ser muy difícil para una persona común transformarse en un cultivador. Aparte, otros sistemas de cultivación no tienen manera de cambiar los cuerpos de los practicantes directamente y han fijado requisitos complicados para ese propósito. En nuestro sistema de cultivación no hay tales requisitos y no consideramos esas cosas necesarias. No se preocupen por cosas que yo no haya mencionado. Sólo practiquen como se les ha indicado. Como practicantes de la Gran Ley al principio puede ser que tengan muchas preocupaciones y ansiedades, pero se les pasará en unos días. No es una exageración decir que lo que otros sistemas de cultivación han tardado años en desarrollar, ustedes lo han obtenido en esta sesión de lectura. Yo no hablaré de cosas a un bajo nivel, tales como dirección o canales de energía. Lo que yo hablo son cosas de alto nivel. Nosotros usamos la palabra "refinamiento" en lugar de "práctica" para la cultivación de la Gran Ley y la práctica real de los ejercicios de cultivación.

P: ¿Se puede defecar u orinar inmediatamente después de la práctica? Encuentro mucha espuma en mi orina. ¿Indica esto que hay un escape de energía de mi cuerpo?
R. Eso no es ningún problema. Como cultivadores de alto nivel, nuestra orina y excremento en sí tienen energía. Sin embargo, la cantidad es muy pequeña y no tiene importancia, y tampoco te hará ningún daño. Cultivando la Gran Ley quiere decir la salvación de todas las entidades vivientes. Este pequeño escape de energía no es nada. Lo que ganamos es mucho más grande. Enseñando esta clase, la energía que descargué fue tan inmensamente poderosa que puede encontrarse hasta en las paredes.

P. ¿Podemos nosotros promover Falun Gong? ¿Podemos enseñárselo aún a la gente que no ha atendido las sesiones de lectura? ¿Puede esta misma gente asistir a los centros de práctica? ¿Puede uno enviar videos o libros a parientes o amigos fuera de la cuidad?
R: Uno no se desviará si promueve nuestro sistema de cultivación, permitiendo que más gente se beneficie de él. Yo les he enseñado mucho acerca de la Ley, permitiéndoles conocer la Ley de más alto nivel para que

ustedes puedan ver y comprender las cosas a un alto nivel. Les he dicho todo esto por adelantado por temor a que no lo comprendan cuando se les presente. Ustedes pueden enseñar a otros a practicar pero no les pueden instalar el Falun. ¿Qué debes hacer entonces? Les he dicho que mi *Fashen* (Cuerpo Ley) los abandonará si ustedes practican sólo de vez en cuando o si realmente no practican. Si tú realmente te cultivas, mi *Fashen* cuidará de ti. Por lo tanto, cuando tú enseñas a alguien la práctica le darás el mensaje de mis enseñanzas, el cual lleva consigo el Falun y la formación del *Qiji*. Si el aprendiz está resuelto a practicar, el Falun se desarrollará. Si el aprendiz tiene buenas cualidades innatas y está predestinado, él obtendrá el Falun en ese mismo momento. Nuestro libro está escrito con mucho detalle para que la buena cultivación pueda ocurrir aunque nadie te la haya enseñado.

P: ¿Debe un practicante de Falun Gong prestar atención a la respiración? ¿Cómo debe ajustar la respiración?
R: Un practicante de nuestro sistema de cultivación no tiene que ajustar ni ponerle atención a la respiración. Tales métodos son usados solamente en vías de cultivación elementales. Aquí no lo necesitamos porque la regulación y el control de la respiración solamente se usan para cultivar el *Dan*, agregar aire y alimentar el fuego. La respiración invertida, respiración armonizada, y el pasar saliva son todas técnicas que se usan para cultivar el *Dan*. Nosotros no cultivamos eso. Todo lo que necesitas es hecho por el Falun. Lo más avanzado, lo más difícil y de nivel elevado son logrados por mis *Fashen* (Cuerpo Ley). Cada escuela, en especial la Escuela Tao, tiene una descripción detallada de todo esto, pero no es el resultado de la refinación artificial. De hecho, es el Maestro superior de esa escuela quien desarrolla y transforma esas cosas para el practicante sin que él lo sepa. No es posible hacerlo artificialmente. Sólo aquellos que han logrado la iluminación y abierto su *Gong* pueden hacer este trabajo.

P: ¿Debo concentrarme en algún punto en particular durante la práctica? ¿En qué debo enfocar mi mente?
R: No hay requisito de concentración mental en nuestro sistema de cultivación y no les pido que se concentren en ningún punto. Les digo que renuncien a sus apegos. Yo no les pido que usen la intención. Cuando hacen el tercer juego de ejercicios un solo pensamiento es necesario para mandar la energía a los extremos cósmicos con los movimientos de manos. Ningún pensamiento se requiere para hacer los otros ejercicios.

P: ¿El adquirir energía es lo mismo que adquirir Qi? ¿Para qué adquirimos el Qi?
R: Lo que cultivamos es la Gran Ley y no liberarás *Qi* en el futuro. Lo que cultivas no es el *Qi* de bajo nivel. Lo que emites es luz. La colección de energía es hecha por el Falun, no por nosotros mismos. Por ejemplo, el ejercicio "Penetrar los Dos Extremos Cósmicos" sirve realmente para abrir tu cuerpo. También puede funcionar para colectar energía, pero ese no es su propósito principal. Con respecto a la técnica de colectar *Qi*, un practicante de la Gran Ley puede sentir alta presión encima de la cabeza y tomar grandes cantidades de *Qi* sólo con el movimiento de sus manos. ¿Pero para qué lo necesitas? La energía no tiene que ser reunida deliberadamente.

P: ¿Hay cosas como "crear un cimiento en cien días" y "respiración embriónica" en Falun Gong?
R: Esas son cosas de un nivel bajo. Nosotros no las cultivamos. Nosotros ya hemos pasado ese período inestable del nivel primario.

P: ¿Falun Gong se preocupa por el balance de Yin y Yang?
R: Estas son cosas que se usan para desarrollar el *Qi* a un nivel bajo. Cuando hayas rebasado esa etapa no es necesario que pongas atención al balance de *Yin* y *Yang* en tu cuerpo. No importa qué sistema de cultivación practiques, con tal que hayas obtenido enseñanzas verdaderas de tu maestro y salido del nivel bajo, seguro que desecharás todo lo que has logrado anteriormente sin quedarte con nada de ello. Cuando alcances un nuevo nivel, otra serie de cosas se desarrollarán. Así es este asunto.

P: ¿Podemos practicar cuándo hay truenos? ¿Tienen los practicantes de Falun Gong miedo al ruido?
R: Te daré un ejemplo. Una vez enseñé a estudiantes en el jardín de un edificio grande en Beijing. Estaba por llover y los truenos eran muy intensos. En ese tiempo estaban practicando los ejercicios que eran enseñados sólo a los discípulos y se requería caminar parado sobre el diagrama del Falun. Yo vi venir la lluvia pero ellos no habían terminado con el ejercicio. Sin embargo, la lluvia no cayó. Las nubes estaban muy bajas y daban vueltas por encima del techo del edificio. Estaba muy oscuro y los truenos explotaban y chocaban. De repente un rayo golpeó en el borde del Falun, pero no fuimos heridos en absoluto. Nosotros pudimos ver claramente como el rayo cayó en el suelo y aún así nos dejó ilesos. Esto quiere decir que nuestro *Gong* nos protege. Usualmente, cuando yo practico no me preocupo de cómo está el tiempo. Cuando quiero practicar, practico. Tan pronto que haya tiempo, practicaré. Tampoco tengo miedo del ruido. Practicantes de otros métodos de cultivación tienen miedo del ruido, porque cuando están sentados en tranquilidad y de repente oyen un ruido muy fuerte, puede que sientan como si el *Qi* de todo su cuerpo fuera a explotar, estallando y saliendo de su cuerpo. Pero no tienes que preocuparte, nuestro sistema de cultivación no se desviará. Por supuesto, haz lo mejor que puedas para encontrar un lugar silencioso para practicar.

P: ¿Debemos visualizar la imagen del Maestro?

R: No hay necesidad de visualizarlo. Cuando tu Tercer Ojo está abierto, verás mi *Fashen* (Cuerpo Ley) a tu lado.

P: ¿Hay algún requisito para practicar los cinco juegos de ejercicios?¿Se deben practicar todos juntos?¿Podemos contar en silencio cuando practicamos esos ejercicios que requieren nueve repeticiones? ¿Será contra productivo si hacemos más de nueve repeticiones o si hacemos ciertos movimientos incorrectamente?
R: Tú puedes practicar cualquier juego de los cinco ejercicios. Yo creo que es mejor practicar el primero antes de hacer los otros porque el primero calienta todo el cuerpo. Debes de practicarlo una vez. Puedes lograr mejores resultados si preparas tu cuerpo antes de hacer los otros juegos de ejercicios. Practica cuanto más puedas, dependiendo de cuanto tiempo tengas disponible. También puedes elegir hacer un solo juego de ejercicios. Los movimientos del tercer y cuarto ejercicio deben repetirse nueve veces respectivamente y está escrito en el libro que puedes contar en silencio. Puedes ir a tu casa y pedirle a tu hijo que esté a tu lado y que cuente mientras tú practicas. Cuando hayas terminado de hacer las nueve repeticiones ya no encontrarás el *Qiji*, porque así funciona el mecanismo. Al principio, necesitarás contar, pero una vez que te hagas el hábito pararás naturalmente. Si te acuerdas de algunos movimientos incorrectamente o si haces más o menos repeticiones, corrígelos y estará bien.

P: ¿Por qué es que existe el fin de un ejercicio pero no tiene fin el refinamiento?
R: El Falun gira automáticamente. Sabe instantáneamente cuando tú dejas de practicar los ejercicios. Su energía es tan poderosa que instantáneamente recogerá la energía que has emitido, mucho mejor que si tú lo haces intencionalmente. Esto no significa el fin del refinamiento, sólo que retoma la energía emitida. En otros sistemas de cultivación, el refinamiento termina cuando termina el ejercicio. Sin embargo, nuestro sistema de cultivación es diferente. Nunca dejarás de refinarte aunque no estés haciendo los ejercicios. Así que el refinamiento no tiene fin. Si quisieras detener la rotación del Falun, no podrías hacerlo. Si te lo explico a un nivel más profundo, no podrás comprenderlo. Si tú detienes el Falun, tendrías que detener el mío. ¿Serías capaz de detener el Falun en mi cuerpo?

P: ¿Podemos practicar las manos juntas (Jieyin) o juntar los diez dedos (ShuangShou Heshi) como un ejercicio parado como estaca?
R: El primer ejercicio "Buda Mostrando Mil Manos" no puede ser practicado como el ejercicio parado como estaca. Cuando usas mucha fuerza para estirarte por mucho tiempo causarás daño a tu cuerpo.

P: ¿Se requiere que las axilas se mantengan ahuecadas durante el ejercicio? Cuando practico el primer ejercicio, siento mis axilas muy tensas. ¿Qué pasa?
R: ¿Tienes alguna enfermedad? Al principio cuando se te está ajustando el cuerpo, podrás descubrir varios fenómenos. Tendrás varios síntomas, pero no son causados por los ejercicios.

P: ¿Pueden las personas que no han participado en las clases del Maestro Li practicar junto a otros estudiantes en el parque?
R: Sí. Cualquier estudiante puede enseñar a otros como practicar. Cuando los estudiantes enseñan a otros los ejercicios, no es como yo les he enseñado a ustedes aquí. Yo he ajustado sus cuerpos directamente. Sin embargo, hay quienes adquieren el Falun tan pronto como comiencen ha practicar porque detrás de cada estudiante existe un Cuerpo Ley quien directamente maneja estas cosas. Todo esto depende de las relaciones predestinadas. Cuando la relación predestinada es muy fuerte, ellos pueden obtener el Falun en ese mismo momento. Si la relación predestinada no es tan fuerte, después de practicar por mucho tiempo puedes desarrollar el mecanismo giratorio por ti mismo. A través de más práctica, podrás desarrollar el Falun de estos mecanismos.

P: ¿Cuál es el significado de los movimientos de las manos en el ejercicio tranquilo "Reforzando Los Poderes Divinos?"
R: Nuestro lenguaje no puede explicarlo. Cada gesto abarca una riqueza de sentido. En general, el movimiento de mano dice: "Empezaré a practicar los movimientos y practicar la Ley Buda. Ajustaré mi cuerpo y entraré en el estado de cultivación."

P: Cuándo lleguemos al estado del "Cuerpo Blanco Como Leche" a través de la cultivación, ¿es verdad que uno respirará a través de su cuerpo con todos los poros abiertos?
R: Tú sabes por tu experiencia personal que has pasado este nivel. Para ajustar tus cuerpos al estado del Cuerpo Blanco Como Leche, tendría que dar clases acerca de la Ley por más de 10 horas, no menos que eso. Para alcanzar este estado te tomaría doce años, decenas de años o aún más si practicas otros sistemas de cultivación. Nosotros instantáneamente te traemos al estado que tú alcanzarías después de décadas o más practicando otros métodos. Debido a que este paso no requiere los requisitos del *Xinxing*, es hecho en concordancia con la habilidad del maestro. Antes que lo hayas sentido este nivel ya habrá pasado. Quizá hayan sido sólo unas pocas horas. Un día, tú te sientes muy sensitivo, pero enseguida ya no lo sientes más.

Esto quiere decir que has pasado a un nivel más alto. Este estado puede durar por un año o más con otros sistemas de cultivación. En realidad, todos esos son de un nivel más bajo.

P: ¿Puedo pensar en los movimientos de los ejercicios de cultivación cuando voy en el autobús o estoy parado en fila?
R: No usamos la intención en nuestro sistema de cultivación, ni tampoco hay tiempo específico de práctica. Sin duda, cuanto más tiempo practiques mejor será. Aún cuando no practicas, el Falun te sigue refinando. Sin embargo, al principio debes practicar más para fortalecer tu *Qiji*. Hubo un caso donde mis estudiantes fueron en viaje de negocios durante uno o dos meses y estuvieron demasiado ocupados para practicar. Cuando regresaron se encontraron que esto no les afectó y que el Falun seguía girando. El Falun nunca cesa de girar y continuará operando mientras tú te consideres un practicante y vivas de acuerdo con los requisitos de *Xinxing*. Sin embargo, hay algo que quiero enfatizar: Si no practicas los ejercicios de cultivación y te comportas como una persona común, tu Falun se disolverá.

P: ¿Se pueden practicar Falun Gong y el Tantrismo al mismo tiempo?
R: El Tantrismo también cultiva un Falun, pero éste no se puede mezclar con nuestro sistema de cultivación. Si has cultivado Tantrismo y su Falun se ha formado, puedes continuar practicando el Tantrismo porque este es también una Ley Ortodoxa. Sin embargo, no deben ser practicados al mismo tiempo. El Falun del Tantrismo cultiva el canal energético del pulso medio y da vueltas horizontalmente. Su Falun difiere del nuestro y tiene mantras en la rueda. Nuestro Falun está ubicado verticalmente en la parte inferior del abdomen con el lado plano hacia afuera. Tu abdomen inferior tiene poco espacio y nuestro Falun por sí solo ocupa toda esta área. Si allí se pone uno más, se descompondrán.

P: ¿Puede un practicante de Falun Gong practicar otro sistema de cultivación de la Escuela Buda? ¿Podemos escuchar las cintas que canta el nombre de Bodhisattva Avalokitesvara? ¿Los budistas en casa pueden salmodiar Sutras después de haber empezado a practicar Falun Gong? ¿Podemos practicar otros ejercicios de cultivación al mismo tiempo?
R: No, creo que no. Cada método es una forma de cultivación. Si realmente quieres cultivarte, no tan sólo para curar enfermedades o mejorar la salud, debes cultivar sólo una forma. Esto es algo serio. Cultivarse a altos niveles, requiere que uno se mantenga cultivando en sólo una vía de cultivación. Esta es una verdad absoluta. Aún así, los caminos de cultivación de la Escuela Buda no pueden ser mezclados. La cultivación de la que hablamos es de muy alto nivel y ha sido legado de muchos, muchos tiempos remotos. Si dependes de tus sentimientos, esto no resultará. Visto desde una dimensión distinta, el proceso de transformación es sumamente sutil y complejo. Así como un instrumento de precisión, si tú sacas una de sus partes y la reemplazas con algo distinto, se romperá inmediatamente. Acerca de la cultivación, lo mismo aplica, nada debe ser mezclado. Es garantizado que se arruinará si lo mezclas. Es lo mismo con todas las formas de cultivación. Si deseas cultivarte, debes concentrarte en un solo método. No podrás cultivarte en absoluto si no lo haces así. El dicho de juntar lo mejor de cada forma de cultivación sólo se refiere al nivel de curar enfermedades y mejorar la salud. Esto no te llevará a niveles más altos.

P: ¿Habrá interferencia mutua si practico junto a otros practicantes que practican otros sistemas de cultivación?
R: Sin tener en cuenta qué clase de cultivación él practique, la Escuela Tao, la Escuela del Espíritu o la Escuela Buda, mientras sea virtuosa, no tendrá impacto en nosotros en absoluto. Tú no interferirás con él tampoco. Si él practica cerca de ti le beneficiarás. Debido a que el Falun es una entidad inteligente y no cultiva el elíxir interno (*Dan*), este automáticamente le ayudará.

P: ¿Podemos pedirle a otros maestros de Qigong que ajusten nuestros cuerpos? ¿Nos hará daño asistir a las lecturas de otros maestros de Qigong?
R: Creo que después de esta clase, sentirás a qué estado ha llegado tu cuerpo. Después de un tiempo no se permite que tengas enfermedades. Cuando los problemas vuelvan otra vez, los sentirás como si tuvieras un resfriado o dolor de estómago, pero en realidad nunca más será lo mismo. Estas son tribulaciones y pruebas. Si buscas a otros maestros de *Qigong* quiere decir que no entiendes o que no crees lo que digo. Con esta mentalidad de búsqueda, atraerás mensajes malos que interferirán con tu cultivación. Si el *Gong* de ese maestro de *Qigong* viene del *Futi* (espíritus malignos), tú también terminarás atrayendo a esa entidad. Lo mismo aplica para ir a escuchar otras clases, ¿acaso el "deseo de escuchar" no significa que buscas algo? Tendrás que entender este problema por ti mismo. Este es un asunto del *Xinxing*. No voy a tratar esto. Si él habla de muy altos principios o acerca del *Xinxing*, está bien. Tú has asistido a mi clase y tu cuerpo ha sido ajustado a través de mucho esfuerzo. Originalmente, los mensajes en tu cuerpo de otros ejercicios estaban muy mezclados y desarreglaban tu cuerpo. Ahora todo ha sido ajustado al mejor estado eliminando lo malo y reteniendo lo bueno. Por supuesto que no me opongo a que aprendas otros métodos de cultivación. Si crees que Falun Gong no es bueno, puedes aprender otros métodos de cultivación. Pero, yo creo que si aprendes muchas cosas diferentes, esto tampoco te será bueno. Ya has empezado a cultivar la Gran Ley y mi Cuerpo Ley está a tu lado. ¿No suena ridículo que quieras buscar algo de un nivel bajo cuando has encontrado algo de alto nivel?

P: ¿Podemos estudiar otras prácticas como masajes, defensa personal, Yizhichan (Meditación Zen Dedo Simple), Taichi, etc., si cultivamos Falun Gong? ¿Aunque no practicamos esos métodos pero leemos libros relacionados con ello, nos podrá impactar?
R: Está bien estudiar masaje y defensa personal, pero a veces si te vuelves cruel, te sentirás a disgusto contigo mismo. Yizhichan y Taichi son clasificados como *Qigong*. Si tú los practicas, agregarás cosas y así harás impura mi substancia que existe en tu cuerpo. Si lees libros que hablen del *Xinxing*, está bien. Pero algunos autores hacen conclusiones antes de que ellos lo hayan entendido por sí mismos. Esto confundirá tus pensamientos.

P: Cuando hago "Abrazar la rueda enfrente de la cabeza," a veces mis manos se tocan. ¿Está bien esto?
R: No dejes que las manos se toquen. Requerimos que mantengas un pequeño espacio. Si las manos se tocan, la energía de las manos retornará al cuerpo.

P: Al practicar el segundo ejercicio, si nos cansamos y no podemos sostener más los brazos, ¿podemos bajarlos y después continuar con la práctica?
R: La cultivación es muy ardua. No es efectivo si los bajas en el minuto que sientas dolor. La regla es, cuanto más lo sostengas, mejor es. Sin embargo, debes ir de acuerdo a tu capacidad.

P: Al sentarse en posición de Loto, ¿por qué la mujer pone su pierna derecha sobre su pierna izquierda?
R: Porque nuestra cultivación en principio tiene una esencia. El cuerpo de la mujer es distinto al del hombre, por lo tanto debe igualar su apariencia física si ella quiere usar su *Benti* para transformarse así misma. Para las mujeres, generalmente la pierna izquierda es la que soporta la derecha, en acuerdo con su propia situación. Los hombres son lo opuestos. La esencia es diferente.

P: ¿Es aceptable escuchar cintas de música o recitar verbalmente los versos cuando practicamos?
R: Si es una música buena de la Escuela Buda, puedes escucharla. Pero en el verdadero sentido, la cultivación no necesita música por que requiere la capacidad de entrar en tranquilidad. Escuchar la música es para intentar reemplazar varios pensamientos con uno sólo.

P: Al practicar "Penetrando Los Dos Extremos Cósmicos", ¿debemos relajarnos o usar fuerza?
R: Penetrar Los Dos Extremos Cósmicos requiere pararse natural y relajadamente, diferente al primer ejercicio. El resto de los ejercicios requiere que te relajes, lo que es diferente del primer ejercicio.

III. Cultivando el *Xinxing* (Naturaleza Mental)

P: Yo quiero estar en acorde con el criterio de Zhen-Shan-Ren (Verdad-Benevolencia-Tolerancia). Pero ayer soñé que discutía intensamente con alguien. Quise tolerar, pero fallé. ¿Suponía esto ayudarme con mi Xinxing?
R: Ciertamente fue así. Ya les he dicho qué son los sueños. Ustedes deben tratar de pensar acerca de eso y entenderlos por ustedes mismos. Las cosas que les ayudarán a mejorar su *Xinxing* vendrán de repente e inesperadamente. No esperan a que estés preparado mentalmente para recibirlos. Para juzgar si alguien es bueno o malo, tienes que ponerle a prueba cuando no está mentalmente preparado.

P: ¿El Ren de Falun Gong significa que uno debe tolerar todo sin importar si está bien o mal?
R: La Tolerancia de la que hablamos se refiere a mejorar el *Xinxing* en los temas relativos a tus intereses personales y a todos los apegos que no has querido dejar. En realidad, "Tolerancia" no es algo malo, incluso para la gente común. Deja que te cuente una historia. Han Xin era un gran General de la Dinastía Han que desde joven amaba las artes marciales. En ese tiempo, la gente que aprendía artes marciales solía andar con espadas. Cuando Han Xin caminaba por una calle, un rufián vino hacia él y lo desafió diciéndole: "¿Por qué llevas esa espada? ¿Te atreves a matar a alguien? Si es así, mátame primero." Mientras él hablaba, estiró su cuello. Él dijo: "¡Si no te atreves, gatea entre mis piernas!" Han Xin entonces gateó entre sus piernas. Él realmente tenía una excelente capacidad de *Ren*. Algunos consideran la tolerancia como una debilidad, como si uno fuera intimidado fácilmente. En realidad, la gente que practica la tolerancia tiene una fuerte fuerza de voluntad. En cuanto a si algo es bueno o malo, debes ver si esto se conforma al principio del universo. Puedes pensar que tú no eres culpable por un incidente y que es otra persona la que te ofendió. En realidad tú no sabes la verdad del caso. Tú dirás: "Yo sé que es acerca de algo insignificante." Lo que yo digo es un principio diferente, que no puede ser visto en esta dimensión material. Para decir una broma, quizás le debiste a él en tu vida pasada. ¿Cómo puedes juzgar si es bueno o malo? Nosotros debemos tolerar. ¿Si has disgustado y ofendido a otros, cómo puedes decir que has ejercido la tolerancia? No sólo que debes tolerar, sino también debes agradecer a los que te ofenden. Si te gritan y te culpan enfrente del maestro, acusándote de haberle gritado, debes agradecerle en tu corazón. Podrás decir: "¿Acaso no me volveré como Ah Q (un personaje tonto en la novela china)?" Esa es tu opinión. En este incidente, si no te manejas de la misma manera que él, habrás mejorado tu *Xinxing*. Él gana en esta dimensión material pero te da cosas en otra dimensión. ¿No es cierto? Tu

Xinxing se ha mejorado y la sustancia negra se ha transformado. Has ganado en tres formas. ¿Por qué no estar agradecido? No es fácil entenderlo desde el punto de vista de la gente común, pero yo no estoy dando una clase a la gente común. Estoy dando una clase a cultivadores.

P: ¿Todos aquellos que no están poseídos por espíritus malignos (Futi), ¿pueden evitar ser poseídos por ellos cuando su Xinxing ha mejorado? ¿Qué puede hacer uno si ya está poseído por espíritus malignos y cómo puede eliminarlos?
R: Una mente correcta suprimirá cien males. Tú has recibido hoy la Gran Ley. Desde hoy, incluso si el *Futi* te trae beneficios, no debes aceptarlos. Cuando este te trae dinero, fama y beneficio personal, te sientes alegre y piensas: "¿Ves que capaz que soy?" Y te lucirás enfrente a otros. Cuando te sientas mal y no puedes soportar los sufrimientos, entonces buscas a un maestro que te trate. Entonces, ¿por qué no rechazaste los beneficios de los espíritus malignos? Nosotros no podemos interferir en este asunto, porque has aceptado los beneficios que te ha traído. No está bien si todo lo que deseas tener son beneficios. Sólo si tú no los quieres y continúas cultivándote con el método enseñado por el maestro, cuando te hayas vuelto virtuoso y tu mente sea firme, los espíritus malignos tendrán miedo. Si los rechazas cuando tratan de darte algún beneficio, tendrán que irse. Si aún se quedan, estarían haciendo algo malo. En ese momento, yo puedo encargarme de eso. Desaparecerán con un simple movimiento de mis manos. Pero no resultará si aceptas el beneficio que te dan.

P: ¿Será uno poseído por Futi (espíritus malignos) si practica en el parque?
R: Lo he explicado muchas veces. Nosotros cultivamos una Ley Ortodoxa. Si tu mente es virtuosa, toda clase de cosas malas serán suprimidas. En la cultivación del virtuoso Fa, si la mente es muy pura y recta, nada te podrá poseer. El Falun es algo increíble. No sólo que las cosas malas son incapaces de adherirse a ti, sino que tienen miedo cuando están cerca de ti. Si no lo crees, puedes practicar en otros lugares y encontrarás que todos te temen. Puedo decir muchas cosas que los asustarían a todos ustedes. Mucha gente tiene *Futi*. ¿Qué deseas obtener de la práctica una vez que has alcanzado la meta de curar tus enfermedades y mejorar tu salud? Si tu mente no es recta, estos problemas ocurrirán. Sin embargo, no se debe culpar a esta gente porque no entienden los principios. Una de mis metas de salir al público es ayudar a resolver este problema y corregir estas cosas incorrectas.

P: ¿Cuáles capacidades sobrenaturales serán desarrolladas en el futuro?
R: No quiero hablar de eso. Debido a que cada individuo tiene su propio conjunto de condiciones, es muy difícil de decir. Distintas capacidades sobrenaturales serán desarrolladas a diferentes niveles. El factor crítico es tu *Xinxing* en cada nivel. Una capacidad sobrenatural específica podrá ser desarrollada cuando elimines un apego específico. Sin embargo, la capacidad sobrenatural estará en su estado inicial y no será muy poderosa. Si tu *Xinxing* no ha alcanzado un nivel muy alto, es imposible tener capacidades sobrenaturales. Sin embargo, algunos individuos en nuestra clase tienen muy buena cualidad innata. Algunos han desarrollado la capacidad sobrenatural de caminar protegidos de la lluvia. Otros han desarrollado la capacidad sobrenatural de la Teleportación.

P: ¿El cultivar el Xinxing y dejar los apegos es el "Vacío" al que se refiere la Escuela Buda y la "Nada" de la Escuela Tao?"
R: El *Xinxing* o las virtudes (*De*) de los que hablamos es más que el "Vacío" de la Escuela Buda o la "Nada" de la Escuela Tao. Al contrario, el "Vacío" de la Escuela Buda y la "Nada" de la Escuela Tao son sólo parte de lo que llamamos *Xinxing*.

P: ¿El Buda siempre será un Buda?
R: Después que has alcanzado la Iluminación a través de la cultivación, serás un ser iluminado, en otras palabras, un ser de altos niveles. Pero no está garantizado que nunca te comportarás mal. Por supuesto, normalmente no harás cosas malas en ese nivel por que habrás visto la verdad. Pero si tú te manejas pobremente, sin duda caerás. Si siempre haces cosas buenas, te quedarás allí arriba para siempre.

P: ¿Qué es una persona bien fundada en todas las virtudes?
R: Esto está determinado por unos cuantos factores: 1. Buena cualidad innata. 2. Sobresaliente cualidad de entendimiento. 3. Excelente habilidad de tolerancia. 4. Pocos apegos mientras que toma las cosas mundanas a la ligera. A esto es lo que nos referimos al decir bien fundada en todas las virtudes. Una persona con tan buenas cualidades es muy difícil de encontrar.

P: ¿Puede la gente sin buena cualidad innata desarrollar Gong si practican Falun Gong?
R: La gente sin buena cualidad innata también puede desarrollar *Gong* porque todos llevan cierta cantidad de virtud. Es imposible no tener nada de virtud. No hay nadie así. Si no tienes la sustancia blanca, tienes la sustancia negra. A través de la cultivación, la sustancia negra puede ser transformada en sustancia blanca. Pero esto requiere un paso extra; tienes que soportar el sufrimiento para mejorar tu *Xinxing*. Una vez que has sufrido el dolor, a cambio desarrollarás tu *Gong*. La práctica es un requisito previo y luego el Cuerpo Ley del maestro transformará la substancia blanca en *Gong*.

P: Cuando uno nace, su vida entera ha sido predestinada. ¿El trabajar arduamente hace alguna diferencia?
R: Por supuesto que sí. Tu arduo trabajo es algo que también ha sido arreglado, así que no tienes otra alternativa que trabajar arduamente. Pero una persona común no puede cambiar los eventos mayores.

P: Cuando el Tianmu (Tercer Ojo) no ha sido abierto, ¿cómo sabremos si los mensajes que recibimos son buenos o malos?
R: Es difícil que lo distingas por ti mismo. A través de todo el proceso de tu cultivación existen muchos problemas que prueban tu *Xinxing*. Mi Cuerpo Ley te protege para prevenir el peligro a tu vida, pero no cuidará de todo. Algunos problemas los dejará para que sean superados, resueltos, y entendidos por ti mismo. Algunas veces recibes malos mensajes que te dicen el número que saldrá en la lotería, pero los números podrían ser verdaderos o falsos. También pueden darte otros mensajes, y todo esto dependerá de cómo lo trates. Cuando tu mente es recta, ningún mal podrá atacarte. Mientras mantengas bien tu *Xinxing*, no habrá ningún problema.

P: ¿Podemos practicar cuando nos sentimos emocionalmente molestos?
R: No podrás entrar en tranquilidad cuando estés de mal humor. Tendrás pensamientos de cosas malas corriendo sin parar en tu mente. Los mensajes existen en la cultivación. Cuando tienes malos pensamientos en tu mente y les dejas entrar en el refinamiento, en realidad estás practicando una vía perversa con intención. Quizá el que te enseñó los ejercicios de cultivación fue Yan Xing o un maestro superior o un Buda viviente del Tantrismo. Si no actuas estrictamente de acuerdo a sus requisitos del *Xinxing*, lo que has practicado no es el método de cultivación que te enseñaron. Supongamos que te sientes muy cansado cuando estás practicando la postura parada, pero tu mente es muy activa, pensando: "¿Por qué es tan desagradable tal y tal en mi compañía? ¿Por qué me acusó? ¿Qué puedo hacer para que me aumenten el salario? Los precios están subiendo. Debo comprar más antes que se hagan muy caras." ¿Acaso no estás practicando una vía perversa artificialemente, subconscientemente y sin saberlo? Por lo tanto, es mejor no practicar si estás de mal humor.

P: ¿Cuál es el criterio para un Xinxing extremadamente alto?
R: El *Xinxing* debe ser cultivado y no tiene ningún criterio establecido. Todo depende de tu habilidad para entenderlo. Si debe existir algún criterio ante una dificultad, puedes preguntarte, "¿cómo manejaría una persona iluminada este asunto?" Un trabajador modelo es indudablemente una persona sobresaliente, pero aún así no deja de ser un ejemplo para la gente común.

P: Nosotros no debemos mantener una actitud escéptica ante los discursos dados por otros maestros de Qigong. Pero cuando encontramos impostores quienes engañan a la gente por dinero, ¿qué debemos hacer?
R: Todo depende. Primero, tienes que ver lo que están discutiendo. Para identificar a uno falso, tienes que usar tu propio juicio. Para juzgar si un maestro de *Qigong* es decente o no, tienes que observar su *Xinxing*. La altura del *Gong* es siempre tan alto como la de su *Xinxing*.

P: ¿Cómo podemos eliminar el karma o como dice el Budismo, pagar la deuda kármica?
R: La cultivación por sí misma es una forma de eliminar karma. La mejor forma es mejorar tu *Xinxing*, que permite la transformación de la sustancia negra en blanca, la sustancia de la virtud. Luego, la virtud es transformada en *Gong*.

P: ¿Hay preceptos que nos prohíben hacer ciertas cosas en Falun Gong?
R: La mayoría de lo que el Budismo prohíbe, nosotros tampoco podemos hacer, pero tenemos una perspectiva diferente. No somos monjes ni monjas. Vivimos entre la gente común, por consiguiente es diferente. Solamente se te requiere tomar algunas cosas ligeramente. Por supuesto, cuando hayas alcanzado un nivel muy alto con el incesante incremento de tu Potencia de Energía, serás requerido tener un *Xinxing* extremadamente alto también.

IV. *Tianmu* (Tercer Ojo)

P: Cuando el Maestro nos estuvo dando clase, yo vi un halo dorado de tres pies sobre su cabeza y atrás de su espalda pude ver muchos halos dorados del tamaño de su cabeza.
R: El Tercer Ojo de esta persona ha alcanzado un nivel muy alto.

P: Cuando un discípulo suyo estaba tratando a un paciente rociando vino con su boca sobre el enfoque de la enfermedad, alguien vio una luz dorada en el rocío. ¿Cómo explica usted esto?
R: Esta persona se ha cultivado muy bien. Él pudo ver las capacidades sobrenaturales que fueron emitidas.

P: ¿Tendrá algún impacto en un niño si su Tercer Ojo está abierto? El Tercer Ojo que está abierto, ¿libera energía?
R: Es muy fácil que se abra el Tercer Ojo para niños menores de seis años de edad. Si los niños pequeños no practican, la apertura de su Tercer Ojo resultará en una fuga de energía; por eso alguien en la familia debe

practicar. Lo mejor es que él mire a través de su Tercer Ojo una vez al día, para prevenir que se le cierre, así como prevenir que tenga mucha fuga. Es mejor que los niños pequeños practiquen por sí mismos. Cuanto más lo usen, tanta más energía perderán y lo que será afectado no es el cuerpo físico, sino su esencia vital. Pero si él se cuida no tendrá malas consecuencias. Lo que he dicho se refiere a los niños pequeños, no a los adultos. Hay quienes tienen el Tercer Ojo ampliamente abierto y no tienen miedo al derrame de energía. Pero tampoco pueden ver cosas que se encuentran a un nivel muy alto. Hay quienes sí pueden ver a niveles muy elevados. Cuando ellos miran, mi Cuerpo Ley o algún otro maestro les proveerá la energía necesaria para que sean capaces de ver.

P: Yo vi un resplandor dorado sobre el cuerpo del Maestro, al igual que sobre su sombra, pero desaparecieron en un abrir y cerrar de ojo. ¿Qué ocurrió?
R: Aquello es mi Cuerpo Ley. Cuando estoy enseñando la Ley, tengo una columna de energía en el tope de mi cabeza, que es una situación del nivel donde me encuentro. Aquello desapareció al parpadear porque usaste tus ojos humanos en lugar de tu Tercer Ojo, el cual no sabias como usar.

P: ¿Cómo debemos usar los poderes sobrenaturales?
R: Yo pienso que sería un problema si usamos nuestros poderes sobrenaturales en la ciencia militar o en alguna otra tecnología o en el espionaje. Nuestro universo tiene sus propias cualidades. Cuando actúas de acuerdo con estas cualidades, tus poderes sobrenaturales funcionarán. De lo contrario, no funcionarán. Aún si uno usa sus poderes para hacer algo bueno, no será capaz de lograr las cosas de alto nivel. En su lugar, él sólo tendrá una percepción de ellas. El desempeñar pequeños milagros no afectará el desarrollo normal de la sociedad. Si uno quiere cambiar algo o hacer algo muy importante, él no es la persona que decide quién hará la tarea, ya que la sociedad se desarrolla independientemente de nuestra voluntad. Nadie puede determinar su curso.

P: ¿Cómo entra y sale Zhu Yishi (Consciencia Principal) del cuerpo de uno?
R: La Consciencia Principal de la que usualmente hablamos, sale a través del tope de la cabeza. Por supuesto que no está limitado a esa manera. Puede salir a través de cualquier punto, a diferencia de lo que se enfatiza en otros métodos de cultivación, donde únicamente puede salir a través del tope de la cabeza. Lo mismo es verdad de cómo la Consciencia Principal entra al cuerpo de uno.

P: Yo veo una luz roja en el área del Tercer Ojo con un agujero negro en el centro. Luego es como el florecimiento de una flor que abre sus pétalos rápidamente, uno después de otro. Algunas veces veo luces resplandecientes y relampagueos. ¿Indica esto que mi Tercer Ojo se está abriendo?
R: Cuando veas luces resplandecientes, tu Tercer Ojo está por abrirse. Cuando veas relámpagos, tu Tercer Ojo está casi completamente abierto.

P: Yo vi halos coloreados de rojo y verde sobre la cabeza y el cuerpo del Maestro. Pero cuando cerré mis ojos, no pude ver nada más. ¿Vi esto con una visión periférica?
R: No usaste la visión periférica. Simplemente no supiste como ver con tus ojos cerrados, por lo tanto pudiste hacerlo sólo con tus ojos abiertos. Frecuentemente, un practicante no sabe cómo usar su Tercer Ojo cuando está abierto. Algunas veces él puede ver algo con el Tercer Ojo que se abrió accidentalmente, pero cuando quiere mirarlo más de cerca, no puede ver nada, porque está usando sus ojos físicos. Cuando no preste más atención a ello, volverá a verlo de nuevo.

P: Mi hija ve algunos círculos en el cielo, pero no lo puede explicar claramente. Le pedimos que mirara el emblema del Falun y nos dijo que lo que vio en el cielo era el Falun. ¿Está realmente abierto su Tercer Ojo?
R: A los niños menores de seis años se les puede abrir el Tercer Ojo con sólo una breve vista a nuestro emblema del Falun. Pero no debes pedirle que haga eso. Un niño puede ver con su Tercer Ojo.

P: Mi Tercer Ojo está abierto, pero no puedo usarlo. Maestro, ¿podría usted decirme cómo usarlo?
R: Cuando el Tercer Ojo esté completamente abierto, sabrás como usarlo incluso si no sabes como hacerlo. Cuando es muy brillante y funciona bien, sabrás naturalmente como usarlo. La visión a través del Tercer Ojo es sin intención. Si quieres mirar con más atención, usarás inconscientemente tus ojos físicos que ven a travás del nervio óptico. Por lo tanto, tu Tercer Ojo dejará de funcionar.

P: Cuándo el Tercer Ojo esté abierto, ¿podremos ver el universo entero?
R: Existen diferentes niveles del Tercer Ojo. Es decir, cuánta verdad ves depende del nivel de tu Tercer Ojo. El que tu Tercer Ojo esté abierto no quiere decir que puedas ver el universo entero. A través de la práctica constante gradualmente irás mejorando tu nivel hasta que hayas alcanzado la Iluminación. Luego podrás ver más niveles. Pero eso, de igual manera no significa que lo que hayas visto es la verdad del universo entero. Cuando Sakyamuni predicó su Dharma durante su vida, él estuvo mejorándose continuamente. Cada vez que alcanzó un nivel más alto, encontró que lo que había predicado estaba equivocado. Cuando alcanzó un nivel aún más alto, encontró que lo que había predicado estaba todo mal otra vez. Por eso, al final concluyó: "No

existe Dharma que sea definitivo." Es decir, cada nivel tiene su propio principio. Inclusive a él le fue imposible poder vislumbrar la verdad del universo entero. Desde el punto de vista de la gente común, es inconcebible que en este mundo alguien pueda llegar a cultivarse hasta el nivel de Tathagata, porque este es el nivel más alto que ellos conocen. Ellos no saben que existen niveles superiores a este. Por tanto, tampoco podrán aceptar cosas de una naturaleza más elevada. De hecho, Tathagata representa un nivel muy bajo en la Ley Buda. Por eso decimos que "la Gran Ley es infinita."

P: Aquellas cosas que vemos en su cuerpo, ¿realmente existen?
R: Por supuesto que existen aquellas cosas. Todas las dimensiones están compuestas de materia. Sólo que su estructura es diferente de la nuestra.

P: Mis premoniciones acerca del futuro frecuentemente resultan verdaderas.
R: Esta es la capacidad sobrenatural de predicción del que hemos hablado. En realidad, es el nivel más bajo de *Suming Tong* (Precognición y Retrocognición). El *Gong* que cultivamos existe en una dimensión diferente donde no existe el concepto de tiempo y espacio. Se mantiene igual, no importa cuan lejos esté; tampoco existe en absoluto el concepto de la distancia.

P: Cuando practico veo gente, el cielo, e imágenes de color. ¿Por qué?
R: Tu Tercer Ojo ha sido abierto y aquello que viste pertenece a otras dimensiones. Aquella dimensión está sobrepuesta. Por lo tanto, puede que hayas visto uno de aquellos niveles. Es simplemente muy hermoso.

P: Durante la práctica, al escuchar repentinamente un fuerte sonido, sentí como que si mi cuerpo se abriera y de repente entendí muchas cosas. ¿Por qué?
R: Esto les sucede a algunos practicantes durante la práctica. Cuando una parte del cuerpo del practicante se abre de repente, se iluminará en ciertos aspectos. Esto pertenece a la Iluminación Gradual. Es normal que una parte del cuerpo se abra cuando ya hayas completado la cultivación a cierto nivel.

P: A veces siento que no me puedo mover. ¿A qué se debe eso?
R: Durante el estado inicial de cultivación, puede que de repente sientas que no puedes mover tu mano u otras partes de tu cuerpo. ¿Por qué es esto? Porque has adquirido la capacidad supranormal de *Ding* (poder de fijación). Esta es una capacidad intrínseca y es muy poderosa. Cuando alguien ha hecho algo malo y está huyendo, tú puedes decir "*Ding*," y en ese instante se paralizará.

P: ¿Cuándo podemos empezar a tratar enfermedades? Yo solía tratar con cierta efectividad las enfermedades de otros. Después que he aprendido Falun Gong, si la gente viene a que les trate, ¿Puedo hacerlo si los pacientes me piden ayuda?
R: Sin importar qué clase de ejercicios hayas aprendido, cuánto tiempo los has practicado, y sea que hayas alcanzado el poder de curar enfermedades, te recomendaría que no trates las enfermedades de otros, porque en este nivel bajo no sabes qué clase de condiciones tienen. El que hayas podido curar enfermedades de otros en el pasado fue debido a que tu *Xinxing* era bueno, o porque algún maestro que pasaba por allí te dio una mano al ver que intentabas hacer algo bueno. Sin embargo, aunque la energía que has desarrollado a través de la cultivación es muy útil, no es lo suficientemente poderosa para protegerte de malas consecuencias. Cuando tratas a alguien, tú estás en el mismo campo que el paciente. Con el pasar del tiempo, acumularás más y más *Qi* negro en tu cuerpo y sufrirás de una enfermedad más grave que el paciente. Si le preguntas al paciente: "Te has recuperado," te dirá: "Me siento un poquito mejor." ¿Cómo puedes llamarlo "curar enfermedades"? Algunos maestros de *Qigong* dicen: "Ven a verme mañana y pasado mañana. Necesitas varias sesiones de tratamiento." El maestro de *Qigong* también habla sobre un "ciclo de tratamientos." ¿Acaso esto no es engañoso? ¿Por qué no esperar hasta que hayas llegado a un nivel más alto de cultivación? Para entonces podrás curar las enfermedades de quienquiera que trates. ¡Qué maravilloso sería eso! Si ya has desarrollado *Gong*, que no es de bajo nivel, y si es absolutamente necesario que des tratamientos, yo abriré tus manos y haré salir tus capacidades sobrenaturales para curar enfermedades. Pero si vas a cultivarte hacia un nivel superior, pienso que lo mejor sería que te mantengas lejos de estas cosas. Para poder difundir la Gran Ley y participar en actividades sociales, algunos de mis discípulos están dando tratamientos. Debido a que están a mi lado y están siendo entrenados por mí, están protegidos y no van a tener problemas.

P: ¿Podemos decírselo a otros si hemos adquirido capacidades sobrenaturales?
R: No es un problema si tú se lo dices a otros que también practican Falun Gong, con tal que seas modesto. La razón por la cual se reúnen todos juntos a practicar es porque es más fácil intercambiar experiencias y aprender de cada uno. Por supuesto, también puedes decírcelo a otros no-practicantes que tengan capacidades sobrenaturales, con la condición de que no estés fanfarroneando. Si quieres alardear de cuán capaz eres, aquello creará problemas. Si fanfarroneas a menudo, las capacidades desaparecerán. Si tú sólo quieres hablar acerca del fenómeno de *Qigong* y discutir sobre ello sin ningún pensamiento inapropiado, no debería haber ningún problema.

P: La Escuela Buda habla acerca del "Vacío" mientras que la Escuela Tao habla de la "Nada." ¿Acerca de qué hablamos nosotros?
R: El "Vacío" de la Escuela Buda y la "Nada" de la Escuela Tao son algo singular de sus propios métodos de cultivación. Por supuesto, nosotros también necesitamos alcanzar ese nivel de consciencia. Nosotros enseñamos a adquirir el *Gong* sin intención a través de la práctica intencional. El cultivar el *Xinxing* y renunciar a todos los apegos significa obtener el Vacío y la Nada; pero nosotros no ponemos énfasis especial en ellos. Debido a que vives en un mundo material, necesitas trabajar para ganarte la vida, y tienes que hacer cosas, lo que inevitablemente envuelve el problema de distiguir entre lo bueno y lo malo. ¿Qué debemos hacer? Lo que cultivamos es el *Xinxing*, lo cual es el aspecto más sobresaliente de nuestro sistema de cultivación. Con tal de que tu mente sea recta y actues de acuerdo a nuestros requisitos, no tendrás problemas con tu *Xinxing*.

P: ¿Cómo sentiremos el desarrollo de nuestras capacidades sobrenaturales *?*
R: En la etapa inicial de tu cultivación, podrás sentir las capacidades sobrenaturales que has desarrollado. En el caso de que seas sensible, podrás experimentarlas aún si no las tienes. Si no has desarrollado estas habilidades y no tienes un cuerpo sensible, no tendrás forma de experimentarlas. Lo único que puedes hacer, es seguir cultivándote con los ojos cerrados. Yo sé que un 60 a 70 por ciento de ustedes ya han abierto su Tercer Ojo y son capaces de ver algunas cosas. Pero ustedes mantienen su mirada fija en ellas y no quieren comentarlas con otros. ¿Por qué razón piensan que les pido que practiquen juntos? Yo deseo que ustedes intercambien experiencias en su grupo. Pero para responsabilizarse por el sistema de cultivación, ustedes deben controlar su habla con los extraños. Sin embargo, yo les recomiendo que compartan entre ustedes mismos para que se ayuden el uno al otro.

P: ¿A qué se parece el Fashen (Cuerpo Ley)? ¿Tengo yo Fashen?
R: El *Fashen* se parece exactamente igual que la persona. Tú ahora no tienes *Fashen*. Solamente cuando hayas ido más allá de la Ley Dentro del Mundo Triple (*Shi-Jian-Fa*) y entrado a un nivel extremamente alto, podrás entonces desarrollar *Fashen*.

P: Después de terminada la clase, ¿por cuánto tiempo el Fashen (Cuerpo Ley) del maestro nos acompañará?
R: Cuando de pronto un estudiante comienza a cultivar cosas de alto nivel, para él, esto representa un cambio muy grande. No sólo se refiere al cambio de tu mentalidad, pero al de tu persona entera. Cuando una persona común obtiene algo que no está supuesto a poseer como persona común, su vida correrá peligro, así que necesita mi Cuerpo Ley para proveerle protección. Te estaría haciendo daño si enseñara aquí sobre la Ley sin tener la capacidad de protegerte. Muchos maestros de *Qigong* no se atreven hacer el trabajo y eseñar una Ley porque no pueden asumir esta responsabilidad. Mi Cuerpo Ley te protegerá todo el tiempo hasta que hayas logrado la Iluminación. Si paras a medio camino, el Cuerpo Ley simplemente te dejará.

P: El Maestro dice que la cultivación de la gente común no depende de la práctica de los ejercicios, sino en el mejoramiento de su Xinxing. ¿Significa esto que uno también puede obtener el logro verdadero sin practicar los ejercicios de cultivación teniendo buen Xinxing?
R: Debería de ser así en el curso de la naturaleza. Mientras cultives tu *Xinxing*, la virtud será transformada en *Gong*. Sin embargo, debes considerarte como un cultivador. Si no, lo único que estás haciendo es acumular virtud (*De*). Puedes ser capaz de acumular mucha virtud y ser persistente en ser una persona recta, pero no eres más que una persona común. No es suficente que actues como un practicante, tienes que obtener la Ley de un nivel alto. Como todos saben, he expuesto muchas cosas. Sin la protección de un maestro, es muy difícil cultivarse a niveles más altos. En ese caso te sería imposible cultivarte a un nivel más alto, aunque fuera por un solo día. Por consiguiente, no es tan fácil alcanzar la Iluminación. Sin embargo, no podrás asimilarte a las cualidades cósmicas sin haber antes mejorado tú *Xinxing*.

P: ¿Cuál es el principio del tratamiento a distancia?
R: Es muy simple. El universo se puede expandir o contraer; por consiguiente también pueden hacerlo las capacidades sobrenaturales. Yo me mantengo en la ubicación original y sin moverme, pero las capacidades sobrenaturales que han sido emitidas pueden alcanzar a los pacientes tan lejos como en los Estados Unidos. Yo puedo emitir capacidades sobrenaturales para hacer el trabajo o convocar directamente su *Yuanshen* (Espíritu Principal) que venga aquí. Este es el principio del tratamiento a distancia.

P: ¿Podemos saber cuántas clases de capacidades sobrenaturales serán desarrolladas?
R: Hay más de diez mil tipos de capacidades sobrenaturales. No es importante saber exactamente cuántas hay en detalle. Conociendo este principio y su Ley es suficiente. El resto queda para que tú lo cultives. Tampoco es necesario que sepas mucho acerca de ello; ni es bueno para ti. Cuando un maestro guía discípulos, no les dirá nada y dejará todo a su propio entendimiento.

P: Durante la sesión de lectura pude verle con mis ojos cerrados dando clase. Yo vi que la parte superior de su cuerpo era negra. La mesa también era negra y la cortina detrás era rosada. A veces había una tela de luz verde a su alrededor. ¿Que significa todo esto?

R: Este es un asunto que depende de tu nivel. Cuando apenas se abre tu Tercer Ojo tomará el blanco por el negro y el negro por el blanco. Cuando estés a un nivel un poco más alto verás que todo es blanco. A un nivel aún más alto tú verás diferentes colores.

V. Tribulaciones

P: ¿Son las tribulaciones pruebas arregladas por el Maestro para los estudiantes?
R: Podrías decir que sí. Estos están planeados para mejorar tu *Xinxing*. Suponte que tu *Xinxing* no ha alcanzado aquel nivel, ¿estarías permitido alcanzar la Iluminación y completar tu cultivación? ¿Está bien si enviamos a un estudiante de la escuela elemental a la universidad? ¡No lo creo! Si te permitimos cultivar a niveles superiores cuando tu *Xinxing* no ha sido mejorado en un sentido verdadero y aún no has podido iluminar tu punto de vista o deshacerte de nada, podrías discutir con los seres iluminados acerca de cosas triviales. ¡Eso no está permitido! Este es el por qué le damos tanto énfasis al *Xinxing*.

P: ¿Cuál es la diferencia entre las tribulaciones de los cultivadores y las de la gente común?
R: Nosotros los cultivadores no somos muy diferentes de la gente común. Tus tribulaciones están arregladas sobre la base de tu senda como cultivador. La gente común tiene que pagar sus deudas kármicas y también tendrá tribulaciones. No significa que por ser un cultivador tendrás tribulaciones. Un hombre común también tiene tribulaciones. Sin embargo, tus tribulaciones han sido arregladas con el propósito de mejorar tu *Xinxing*; mientras que sus tribulaciones han sido arregladas para pagar sus deudas kármicas. De hecho, las tribulaciones vienen del propio karma de uno. Yo simplemente las utilizo para mejorar el *Xinxing* de los discípulos.

P: ¿Son las tribulaciones similares a aquellas 81 dificultades que el monje Tang y sus discípulos superaron en su viaje hacia el Oeste para obtener escrituras Budistas?
R: Hay cierta semejanza entre ellas. Como cultivador, tu vida ha sido reordenada. Te encontrarás con el número exacto de tribulaciones como han sido arregladas, ni una más y ni una menos, pero no necesariamente tienen que ser 81 tribulaciones. Esto depende de tus cualidades innatas. Ellas están arregladas de acuerdo al nivel que uno podrá alcanzar. Es realmente una dificultad tremenda para ti desechar todas las cosas a las que se apega una persona común, pero que un cultivador debe abandonar. Pensaremos en diferentes formas de hacerte desechar todas las cosas a las que te aferras y encuentras difíciles de abandonar. Por consiguiente, a través de las tribulaciones mejorarás tu *Xinxing*.

P: ¿Qué debo hacer si alguien trata de interferir con mi práctica?
R: Un practicante de Falun Gong no tiene miedo a la interferencia de otros. En la etapa inicial tienes mi Cuerpo Ley para protegerte, pero esto no significa que no te encontrarás con problemas. No puedes esperar reforzar tu *Gong* con sólo sentarte en el sofá tomando té todo el día. Algunas veces cuando te confrontes con tribulaciones, llama mi nombre y me verás frente a ti. Puede que no te asista, porque eso es lo que necesitas superar. Sin embargo, normalmente, el peligro real no existe porque tu curso de vida ha sido cambiado y ningún accidente está permitido interferir.

P: ¿Cómo debemos manejar las tribulaciones?
R: Repetidamente lo he enfatizado: ¡Protege tu *Xinxing*! Es bueno si no piensas que las cosas que has hecho son malas. Si peleas como una persona común cuando otros han invadido tus intereses por cierta razón, también te habrás convertido en una persona común. Porque eres un cultivador, no debes afrontar las cosas de esa manera. Esas cosas que encuentras que interfieren con tu *Xinxing*, están dirigidas a mejorar tu *Xinxing*. Todo depende de cómo las manejes, y de si puedes mantener tu *Xinxing* para mejorar tu *Xinxing* a través de ellas.

VI. Dimensiones y los Seres Humanos

P: ¿Cuántas dimensiones hay en el universo?
R: De acuerdo a lo que yo sé, el número de dimensiones en el universo es innumerable. En cuanto a la existencia de varias otras dimensiones, lo que existe en esas dimensiones y quienes viven en ellas, es muy difícil de saber usando los recursos científicos de hoy día, porque todavía no pueden ser comprobados por la ciencia moderna. Sin embargo, algunos maestros de *Qigong* y gente que poseen capacidades sobrenaturales pueden ver otras dimensiones, porque otras dimensiones sólo pueden ser vistas por el Tercer Ojo, no con los ojos humanos.

P: ¿Adopta cada dimensión las características de "Zhen-Shan-Ren" (Verdad-Compasión-Tolerancia)?
R: Sí, cada dimensión adopta las características de *Zhen-Shan-Ren*. La gente que se conforma a estas cualidades es gente buena; la gente que va en contra de ellas, es mala. Aquellos quienes se asimilan a estas son iluminados.

P: ¿Originalmente, de dónde viene la humanidad?
R: El universo original no tuvo tantos niveles verticales u horizontales. Era meramente puro. Sobre el curso de su desarrollo y movimiento, se desarrolló la vida. Eso fue lo que llamamos la vida original. Fue en conformidad con el universo y nada malo existía. Estando en conformidad con el universo, quiere decir que era lo mismo que el universo y tendría cualquier capacidad que el universo tenía. Cuando el universo se desarrollaba y transformaba, aparecieron algunos paraísos celestiales. Más tarde, más y más vidas aparecieron. Hablando a un nivel más bajo, se volvió de tal forma que grupos sociales fueron desarrollados en donde se formaron relaciones mutuas. Durante este proceso de evolución, alguna gente cambió, desviándose de las características universales. Se desmejoraron y sus poderes se debilitaron. Los cultivadores hablan de "retornar a la verdad," lo cual significa retornar al estado original. Cuanto más alto es el nivel, más asimilado está al universo y más poderosas son sus capacidades. En aquel tiempo, durante la transformación del universo, algunas vidas se volvieron malas, pero no pudieron ser destruidas. Por lo tanto, se hicieron planes para que ellas pudieran mejorarse y asimilarse nuevamente al universo. Ellas fueron enviadas a un nivel más bajo para aguantar sufrimientos y mejorarse a sí mismas. Más tarde la gente continuamente vino a este nivel. Entonces una división apareció a este nivel. La gente cuyo *Xinxing* se deterioró, no se pudieron quedar más en este nivel, así que un nivel aún más bajo fue creado para ellos. Simplemente ocurre así, con la degeneración de las vidas, niveles más y más bajos fueron creados hasta llegar al nivel del mundo humano como existe hoy. Este es el proceso que dio origen a los seres humanos.

GLOSARIO PARA LOS CAPÍTULOS I-V

Arhat: Un ser iluminado con Estado de Fruto en la Escuela Buda y uno que está mas allá de los "Tres Reinos."

***Benti*:** El ser verdadero; el cuerpo físico de uno y sus otros cuerpos existentes en otras dimensiones.

***Bigu*:** "Sin grano"; un término antiguo para la abstinencia de comida y agua. (Ayuno)

Bodhisattva: Un ser iluminado con Estado de Fruto en la Escuela Buda y uno que es más alto que Arhat pero más bajo que Tathagata.

Bodhisattva Avalokitesvara: Conocida por su compasión, ella es una de dos Bodhisattvas mayores en el Paraíso de la Felicidad Suprema.

Canales de energía: En la medicina china, se dice que son conductos de *Qi* que comprenden una compleja red para la circulación de energía.

"Colocar un crisol un horno para efectuar alquimia con substancias medicinales recogidas": Metáfora Taoísta para la Alquimia Interna.

***Chu Shi Jian Fa*:** La Ley Fuera del Mundo Triple.

Cuerpo Blanco Como Leche: Un cuerpo purificado sin *Qi* (Energía Vital).

Dafa: "Gran Ley"; y sus principios.

***Dan*:** Masa de energía en el cuerpo de un practicante, colectada de otras dimensiones.

***Dantian*:** El lugar del bajo abdomen de uno.

***De*:** "Virtud"; una substancia blanca.

Dharma: Las enseñanzas de Buda Sakyamuni (Siddharta Gautama).

***Ding*:** En Falun Gong, sentado con las piernas cruzadas, la mente vacía, manteniéndose en el vacío, pero consciente; la cultivación de la conciencia principal; un estado de mente vacía pero consciente.

Estado de Fruto: El nivel alcanzado por uno en la Escuela Buda, Ej. Arhat, Bodhisattva, Buda, etc...

Esvástica: "Rueda de luz" del sánscrito. Este símbolo data a más de 2.500 años y ha sido descubierta en reliquias culturales en Grecia, Perú, India y China. Durante siglos ha tenido connotaciones de buena fortuna, representando el sol y se ha mantenido en alta estima.

Fa: Ley y principios en la Escuela Buda.

***Fashen*:** "Cuerpo Ley"; un cuerpo compuesto de *Gong* y Fa.

Fruto Verdadero: Logro del Estado de Fruto en la Escuela Buda.

***Futi*:** Un espíritu o un animal que posee un cuerpo humano; posesión por un animal o espíritu.

***Gong*:** Energía de cultivación.

***Gongli*:** "Potencia de Energía."

***Gongzhu*:** "Pilar *Gong*"; pilar de energía que crece por encima de la cabeza del practicante.

Han Xin: El general principal de Liu Bang en la Dinastía Han (206 a.C.-23 d.C.).

Hua Tuo: Un doctor renombrado en la historia de la medicina china.

***Huiyin*:** Punto de acupuntura localizado en medio del ano y los genitales.

Karma: Una substancia negra acumulada a través de maldades previamente hechas.

Lao Zi: Fundador de la Escuela Tao.

***Li*:** Una medida china de distancia (=0.5 km).

***Ren*:** Tolerancia, Paciencia, Auto-Dominio, Aguante.

Sakyamuni: El Buda histórico, Siddharta Gautama.

***Samadhi*:** En el Budismo, "Meditación en Trance."

***Shan*:** Compasión, Benevolencia, Bondad.

***Shangen*:** Punto de acupuntura localizado en medio de las cejas.

***Shi Jian Fa*:** La Ley Dentro del Mundo Triple.

Dinastía Tang: Uno de los periodos más prósperos de la historia China (618 d.C.-907 d.C.).

Tantrismo: Una vía de cultivación esotérica del Budismo.

Tathagata: Un ser iluminado con un Estado de Fruto en la Escuela Buda el cual está por encima del nivel de Bodhisattva y de Arhat.

***Tian*:** "Campo."

***Tianmu*:** "Tercer Ojo," también conocido como el "Ojo Celestial."

Tao: También conocido como *"Dao"*; término Taoísta que significa la vía que sigue el curso de la naturaleza y el universo; un ser iluminado que ha obtenido el "Tao."

Tzao Tzao: Emperador de uno de los Tres Reinos (220 d.C.-265 d.C.).

***Qi*:** "Energía Vital."

***Qigong*:** Una forma de práctica tradicional China que cultiva el *Qi*, o "Energía Vital."

***Qiji*:** "Mecanismo de Energía."

***Xinxing*:** Naturaleza de la mente o el corazón; Carácter moral.

Yuan: Un unidad monetaria China (aprox. $0.12).

***Yuanshen*:** “El Espíritu Original.”

***Yuanying*:** Término Taoísta para el “Infante Inmortal.”

***Zhen*:** Verdad, Verdadero.

***Zhen-Shan-Ren*:** Verdad-Compasión-Tolerancia.

FIN

* * *

Este libro fue digitalizado para distribución libre y gratuita a través de la red
Digitalizador: Desconocido - Revisión y Edición Electrónica de Hernán.
Rosario - Argentina
13 de Julio 2003 – 00:57